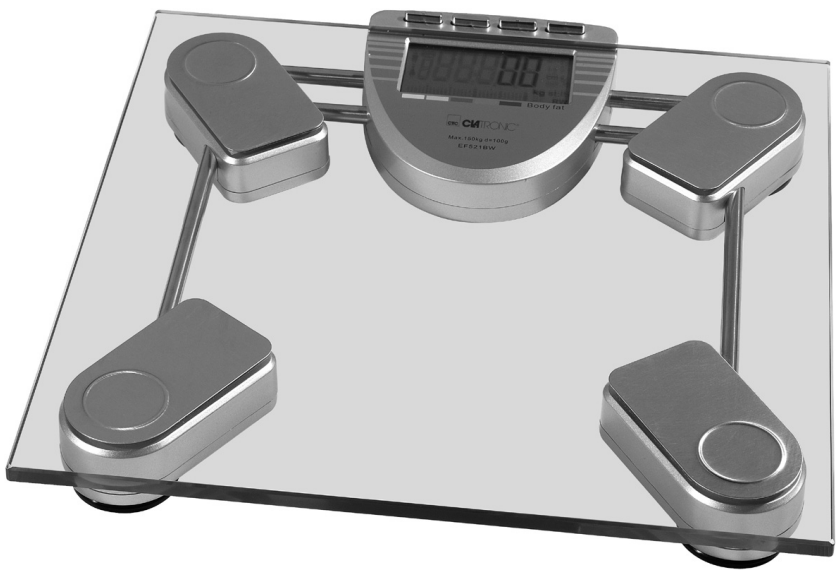
Bedienungsanleitung/Garantie

Gebruiksaanwijzing/Garantie • Mode d'emploi/Garantie
Instrucciones de servicio/Garantía • Manual de instruções/Garantia
Istruzioni per l'uso/Garanzia • Bruksanvisning/Garanti
Instruction Manual/Guarantee • Instrukcja obsługi/Gwarancja
Návod k použití/Záruka • A használati utasítás/Garancia
Руководство по эксплуатации/Гарантия

Fettanalysewaage

Vetanalyseweegschaal • Pèse-personne avec analyse de la masse adipeuse
Balanza para el análisis de la grasa corporal • Balança analisadora de gordura
Bilancia per l'analisi dei grassi dell'organismo • Kroppsfettanalysevekt
Body fat analysis scale • Waga wskazująca ilość tkanki tłuszczowej
Osobní váha s analýzou tělesného tuku • Testzsírarány-elemző mérleg
Весы для контроля жировой массы тела



PW 2982 FA

CE

DEUTSCH

Inhalt

Übersicht Bedienelemente ..... Seite 3
Bedienungsanleitung ..... Seite 4
Garantie ..... Seite 7

NORSK

Innhold

Oversikt over betjeningselementer ..... Side 3
Bruksanvisning ..... Side 28
Garanti ..... Side 30

NEDERLANDS

Inhoud

Overzicht bedieningselementen ..... Pagina 3
Gebruiksaanwijzing ..... Pagina 8
Garantie ..... Pagina 11

ENGLISH

Contents

Control element overview ..... Page 3
Instruction Manual ..... Page 31
Guarantee ..... Page 33

FRANÇAIS

Sommaire

Aperçu des éléments de commande ..... Page 3
Mode d'emploi ..... Page 12
Garantie ..... Page 15

JĘZYK POLSKI

Spis treści

Przegląd elemetów obsługi ..... Strona 3
Instrukcja obsługi ..... Strona 35
Gwarancja ..... Strona 38

ESPAÑOL

Indice

Vista de conjunto Elementos de mando ..... Página 3
Instrucciones de servicio ..... Página 16
Garantia ..... Página 19

ČESKY

Obsah

Přehled obsluhovací prvky ..... Strana 3
Návod k použití ..... Strana 39
Záruka ..... Strana 41

PORTUGUÊS

Índice

Vista geral dos elemntos de comando ..... Página 3
Manual de instruções ..... Página 20
Garantía ..... Página 23

MAGYARUL

Tartalom

A hasznalt elemek megtekintése ..... Oldal 3
A hasznalati utasítás ..... Oldal 43
Garancia ..... Oldal 46

ITALIANO

Indice

Descrizione dei singoli pezzi ..... Pagina 3
Istruzioni per l'uso ..... Pagina 24
Garanzia ..... Pagina 27

РУССИЙ

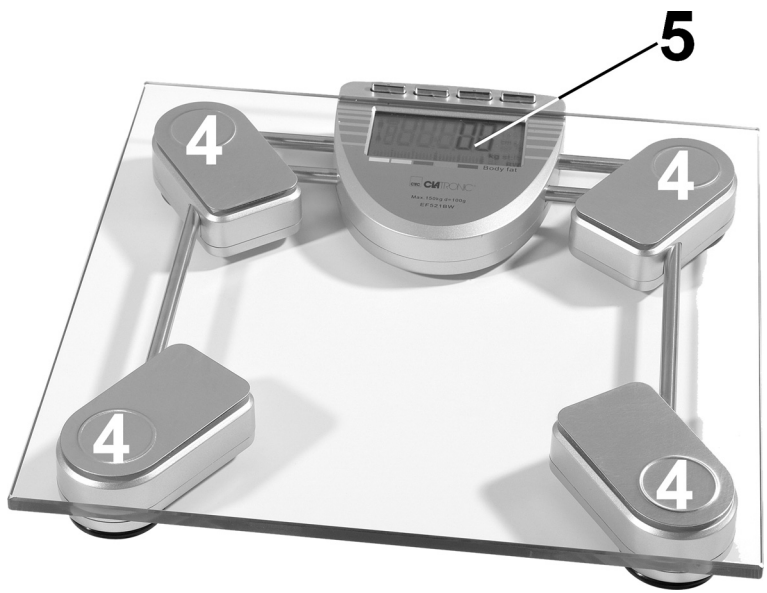
Содержание

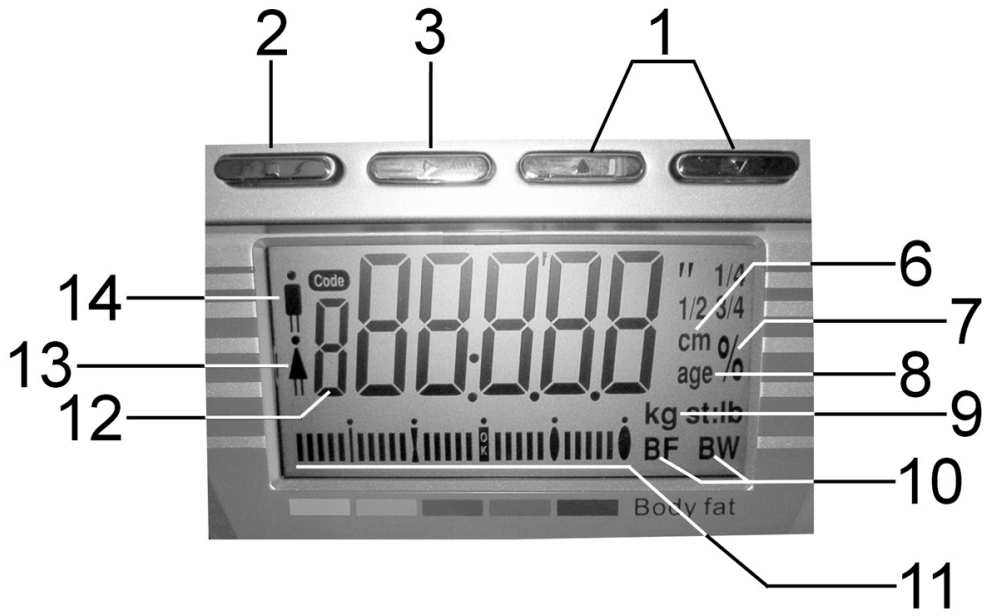
Обзор управляющих элементов ..... стр. 3
Руководство по эксплуатации ..... стр. 47
Гарантия ..... стр. 50

6....-05-PW 2982 2 15.02.2005, 12:42:40 Uhr

Übersicht der Bedienelemente

Overzicht van de bedieningselementen • Liste des différents éléments de commande
Indicación de los elementos de manejo • Descrição dos elementos • Elementi di comando
Oversikt over betjeningselementene • Overview of the Components
Przegląd elementów obsługi • Přehled ovládacích prvků • A kezelő elemek áttekintése
Обзор деталей прибора





6....-05-PW 2982 3 15.02.2005, 12:42:41 Uhr

Allgemeine Sicherheitshinweise

- Lesen Sie vor Inbetriebnahme dieses Gerätes die Bedienungsanleitung sehr sorgfältig durch und bewahren Sie diese inkl. Garantieschein, Kassenbon und nach Möglichkeit den Karton mit Innenverpackung gut auf.
- Benutzen Sie das Gerät ausschließlich für den privaten und den dafür vorgesehenen Zweck. Dieses Gerät ist nicht für den gewerblichen Gebrauch bestimmt. Benutzen Sie es nicht im Freien (außer es ist für den bedingten Einsatz im Freien vorgesehen). Halten Sie es vor Hitze, direkter Sonneneinstrahlung, Feuchtigkeit (auf keinen Fall in Flüssigkeiten tauchen) und scharfen Kanten fern. Benutzen Sie das Gerät nicht mit feuchten Händen. Bei feucht oder nass gewordenem Gerät sofort den Netzstecker ziehen. Nicht ins Wasser greifen.
- Schalten Sie das Gerät aus und ziehen Sie immer den Stecker aus der Steckdose (ziehen Sie am Stecker, nicht am Kabel) wenn Sie das Gerät nicht benutzen, Zubehörteile anbringen, zur Reinigung oder bei Störung.
- Betreiben Sie das Gerät **nicht** unbeaufsichtigt. Sollten Sie den Arbeitsplatz verlassen, schalten Sie das Gerät bitte immer aus, bzw. ziehen Sie den Stecker aus der Steckdose (ziehen Sie am Stecker, nicht am Kabel).
- Um Kinder vor Gefahren elektrischer Geräte zu schützen, sorgen Sie bitte dafür, dass das Kabel nicht herunter hängt und Kinder keinen Zugriff auf das Gerät haben.
- Prüfen Sie Gerät und Kabel regelmäßig auf Schäden. Ein beschädigtes Gerät bitte nicht in Betrieb nehmen.
- Reparieren Sie das Gerät nicht selbst, sondern suchen Sie bitte einen autorisierten Fachmann auf. Um Gefährdungen zu vermeiden, ein defektes Netzkabel bitte nur vom Hersteller, unserem Kundendienst oder einer ähnlich qualifizierten Person durch ein gleichwertiges Kabel ersetzen lassen.
- Verwenden Sie nur Original-Zubehör.
- Beachten Sie bitte die nachfolgenden „Speziellen Sicherheitshinweise...“.

Spezielle Sicherheitshinweise für dieses Gerät

- Die Körperfett-Analysewaage ist für folgenden Personenkreis nicht geeignet:
  - Kinder unter 10 Jahren und Erwachsene über 80 Jahren
  - Personen mit Symptomen von Fieber, Ödemen oder Osteoporose
  - Personen in Dialysebehandlung
  - Personen, die kardiovaskuläre Medikamente einnehmen
  - Schwangere
  - Sportler, die täglich mehr als 5 Stunden intensive sportliche Betätigung ausüben
  - Personen mit einer Herzfrequenz von unter 60 Schlägen/Minute
- Das Gerät ist für ein maximales Körpergewicht von 150 kg ausgelegt! Ein größeres Gewicht kann das Gerät zerstören!

Übersicht der Bedienelemente

1 ▲/▼ Pfeiltasten zur Auswahl
2 ■ Einschalttaste
3 ► Speichertaste für persönliche Werte
4 Kontaktflächen
5 Display
6 Körpergröße cm
7 Prozentanteil
8 Alter
9 Körpergewicht kg
10 Anzeige Körperfett/Körperwasser
11 Balkenanzeige Körperfett
12 Speicherplatz
13 Weiblich
14 Männlich

Batterien einlegen

(Batterien nicht im Lieferumfang enthalten)

1. Öffnen Sie das Batteriefach auf der Rückseite des Gerätes.
2. Legen Sie einen 9V E-Block = 6LR61 in die Batteriehalterung ein.
3. Schließen Sie das Batteriefach wieder.

Achtung: Batterien gehören nicht in den Hausmüll. Bitte geben Sie verbrauchte Batterien bei zuständigen Sammelstellen oder beim Händler ab.

Werfen Sie Batterien niemals ins Feuer.

Hinweis: Die Batterien halten bei regelmäßiger Benutzung ca. 1 Jahr und sollten danach ausgetauscht werden!

Information zur Körperfettmessung

Personen, die einen Herzschrittmacher oder ein anderes medizinisches Implantat mit elektronischen Bauteilen verwenden, ist vom Gebrauch dieser Waage abzuraten. Die Leistung des Implantats kann dadurch gefährdet bzw. beeinträchtigt werden.

Das Gerät kann nur korrekt funktionieren, wenn Sie barfuss und mit trockenen Füßen auf den Kontaktflächen stehen!

Das Grundprinzip dieses Geräts basiert auf der Messung der elektrischen Impedanz des Körpers. Dazu lässt das Gerät ein schwaches, nicht spürbares, elektrisches Signal durch Ihren Körper fließen, um so die aktuellen Werte des Körpers zu ermitteln.

Das Signal ist im allgemeinen völlig ungefährlich! Betrachten Sie hierzu trotzdem unsere speziellen Sicherheitshinweise!

Die Messung ist unter dem Begriff der „Bioelektrischen Impedanzanalyse“ (BIA) bekannt, einem Faktor, der mit Körperfett- und Körperwasseranteil zusammenhängt und mit anderen biologischen Daten (Alter, Geschlecht, Körpergröße) in Beziehung steht.

Es gibt schwere Menschen, die ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Fett- und Muskelmasse haben und es gibt scheinbar schlanke Menschen mit deutlich erhöhten Körperfettwerten. Fett ist ein Faktor, der erheblich zur Belastung des Organismus, insbesondere des Herz-Kreislauf-Systems, beiträgt. Die Kontrolle beider Werte (Fett und Gewicht) sind deshalb Grundvoraussetzung für Gesundheit und Fitness.

6....-05-PW 2982 4 15.02.2005, 12:42:42 Uhr

Körperfett

Körperfett ist ein wichtiger Bestandteil des Organismus. Vom Schutz der Gelenke über Vitaminspeicher bis hin zur Reglung der Körpertemperatur übernimmt Fett eine wichtige Aufgabe im Körper. Ziel ist also nicht den Körperfettanteil radikal zu reduzieren, sondern ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Muskelmasse und Fettmasse zu erreichen und es zu halten.

Die Bedeutung des Wassers für unsere Gesundheit

Der menschliche Organismus besteht zu etwa 55-60% aus Wasser, je nach Alter und Geschlecht in unterschiedlicher Menge.

Wasser hat eine Reihe von Aufgaben im Körper zu erfüllen:

- Es ist Baustein unserer Zellen. Das bedeutet, dass alle Zellen des Körpers, ob Haut-, Drüsen-, Muskel-, Gehirnzellen oder andere, nur dann funktionstüchtig sind, wenn Sie genügend Wasser enthalten.
- Es ist Lösungsmittel für wichtige Substanzen in unserem Organismus.
- Es ist Transportmittel für Nährstoffe, körpereigene Substanzen und Stoffwechselprodukte.

Anhaltswerte für Ihr Fitnessprofil entnehmen Sie der Richtwerttabelle. Sie zeigt die Abhängigkeit der Körperfettwerte vom Alter und vom Geschlecht. Beachten Sie dabei immer, dass wie beim Wasserhaushalt im Körper, auch der Fettanteil innerhalb des Tages starken Schwankungen unterliegt. Messen Sie deshalb immer zur selben Tageszeit um einen vergleichbaren Wert zu erhalten.

Die errechneten Messergebnisse des Körperfett- und Körperwasseranteils sind nur Referenzwerte. Sie sind nicht zum Gebrauch für medizinische Zwecke zu empfehlen. Bitte lassen Sie sich immer von Ihrem Arzt beraten, wenn Sie Fragen zu einer medizinischen Behandlung oder einer Diät zur Erreichung des Normalgewichts haben.

Technische Merkmale

Speichervoreinstellung:

Speicher	Geschlecht	Größe	Alter
1	männlich	165 cm	25

Speicherplätze:	8
Größeneinstellung:	von 100 bis 250 cm
Alter:	von 10 bis 100 Jahren
Mindestgewicht:	ab 2,0 kg
Höchstgewicht:	150 kg
Auflösung bei Gewichtsmessung:	0,1 kg Schritte
Körperfett-Messbereich:	4 – 45 %
Körperwasser-Messbereich:	37,8 – 66 %

Richtwerttabelle (ca. und in %)

Alter	Frauen		Männer		Tendenz
	Fett	Hydration	Fett	Hydration	
Bis 30	4,0-16,0%	66,0-57,8%	4,0-11,0%	66,0-61,2%	zu mager
	16,1-20,5%	57,7-54,7%	11,1-15,5%	61,1-58,1%	mager
	20,6-25,0%	54,6-51,6%	15,6-20,0%	58,0-55,0%	normal
	25,1-30,5%	51,5-47,8%	20,1-24,5%	54,9-51,9%	hoch
	30,6-45,0%	47,7-37,8%	24,6-45,0%	51,8-37,8%	sehr hoch
Über 30	4,0-20,0%	66,0-55,0%	4,0-15,0%	66,0-58,4%	zu mager
	20,1-25,0%	54,9-51,6%	15,1-19,5%	58,3-55,3%	mager
	25,1-30,0%	51,5-48,1%	19,6-24,0%	55,2-52,3%	normal
	30,1-35,0%	48,0-44,7%	24,1-28,5%	52,2-49,2%	hoch
	35,1-45,0%	44,6-37,8%	28,6-45,0%	49,1-37,8%	sehr hoch

Hinweis: Aufgrund von großen Schwankungen des Körperfettanteils ist es schwierig einen Richtwert zu bekommen. Im Durchschnitt liegt bei einem Erwachsenen Menschen die optimale Messzeit zwischen 18 und 20 Uhr, da in diesem Zeitraum der Fettanteil sehr gleichmäßig bleibt!

Inbetriebnahme

Reine Wiegefunktion

Stellen Sie die Personenwaage auf einen harten, flachen Untergrund (vermeiden Sie Teppichboden). Unebener Boden führt zu Ungenauigkeiten.

1. Schalten Sie die Waage durch leichten Druck, mit dem Fuß bzw. der Fußspitze auf der Glasfläche, ein.

   Hinweis: Im Display erscheint „88888“

2. Im Display (5) erscheint nach einigen Sekunden „0.0“. Stellen Sie sich mit beiden Füßen auf die Kontaktflächen (4) des Gerätes. Verteilen Sie Ihr Gewicht gleichmäßig und warten Sie, während die Waage Ihr Gewicht berechnet.
3. Ihr Gewicht wird im Display (5) angezeigt. Nach einigen Sekunden schaltet sich das Gerät automatisch ab!

Programmieren der persönlichen Daten

Hinweis: Sie sollten die folgenden Schritte aufeinanderfolgend und innerhalb einiger Sekunden durchführen, da ansonsten das Gerät den Programmiermodus automatisch abbricht!

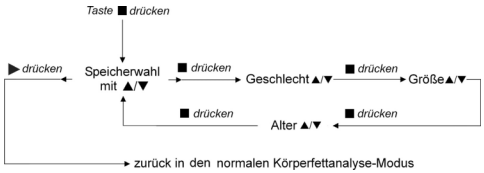
1. Drücken Sie die Einschalttaste ■, um das Gerät einzuschalten. Auf dem Display (5) erscheinen kurzzeitig alle Segmente; danach blinkt die Anzeige (12) „Speicherplatz“.
2. Wählen Sie mit den Pfeiltasten ▲/▼ einen Speicherplatz aus.
3. Drücken Sie erneut die Einschalttaste ■, um in den Programmiermodus zu gelangen.
4. Im Display erscheint ein Symbol weiblich (13) oder männlich (14) blinkend. Wählen Sie mit den Pfeiltasten ▲/▼ eine Einstellung aus.
5. Drücken Sie erneut die Einschalttaste ■, um in die Einstellung „Körpergröße“ zu gelangen. Wählen Sie mit den Pfeiltasten ▲/▼ einen Wert zwischen 100 und 250 cm aus.
6. Drücken Sie erneut die Einschalttaste ■, um in die Einstellung „Alter“ zu gelangen. Wählen Sie mit den Pfeiltasten ▲/▼ einen Wert zwischen 10 und 100 Jahren aus.
7. Drücken Sie erneut die Einschalttaste ■ und Sie gelangen wieder zur Anzeige „Speicherplatz“. Hier haben Sie die Wahl zwischen zwei Möglichkeiten:

   a. Drücken Sie erneut die Einschalttaste ■, um sich alle Einstellungen noch einmal anzusehen oder ggf. Änderungen vorzunehmen.

6....-05-PW 2982 5 15.02.2005, 12:42:43 Uhr

b. Drücken Sie die Speichertaste ▶, um in den Modus zur Körperfettmessung zu gelangen. Der Speicherplatz und die eingestellte Körpergröße erscheinen für wenige Sekunden im Display, danach wechselt die Anzeige auf „0.0“. Weiter siehe Pkt. 4 „Bestimmung des Gewichts, des Körperfett- und des Körperwasseranteils“.

Zum besseren Verständnis betrachten Sie bitte nachfolgendes Funktionsschema:



Ihre persönlichen Werte sind nun auf dem ausgewählten Speicherplatz gespeichert.

Sie haben insgesamt 8 Speicherplätze zur Verfügung. Sie haben somit die Möglichkeit auf sieben weiteren Speicherplätze zu Ihren, auch die persönlichen Werte anderer Familienmitglieder zu speichern.

Bestimmung des Gewichts, des Körperfett- und des Körperwasseranteils

Speichern Sie zuvor Ihre persönlichen Daten auf einen Speicherplatz.

Hinweis: Die Messung des kann nur barfuss durchgeführt werden. Wischen Sie nötigenfalls die Kontaktflächen einmal ab, um die Leitwirkung zu verbessern. Richten Sie jeweils einen Ihrer nackten Füße auf 2 der 4 Kontaktflächen aus.

1. Drücken Sie die Einschalttaste ■, um das Gerät einzuschalten. Auf dem Display (5) erscheinen kurzzeitig alle Segmente; danach blinkt die Anzeige (12) „Speicherplatz“.
2. Wählen Sie mit den Pfeiltasten ▲/▼ einen Speicherplatz aus.
3. Drücken Sie die Speichertaste ▶, um in den Modus zur Körperfettmessung zu gelangen.
   - Der Speicherplatz und die eingestellte Körpergröße erscheinen für wenige Sekunden im Display, danach wechselt die Anzeige auf „0.0“.
4. Stellen Sie sich mit beiden Füßen auf die Kontaktflächen (4) des Gerätes.
   - Zuerst wird Ihr Gewicht im Display angezeigt.
   - Innerhalb weniger Sekunden berechnet die Waage dann automatisch Ihren Körperfett- und Körperwasseranteil.
   - Das Display zeigt dann Ihren Körperfett-Prozentsatz (Symbol „BF“), gefolgt vom Körperwasser-Prozentsatz (Symbol „BW“) an.
   - Nachfolgend wechselt die LCD-Anzeige fünfmal zwischen dem Wert für den Körperfett- und den Körperwasser-Prozentsatz und schaltet sich dann automatisch ab.

Displayanzeigen und Fehlermeldungen

Allgemeines

Erscheint auf dem Display eine Fehlermeldung (Err), warten Sie bis sich das Gerät ausschaltet. Schalten Sie dann wieder ein, um den Betrieb wieder aufzunehmen.

Für ein komplettes Zurückstellen (Reset) entfernen Sie für einen Moment die Batterie und schließen diese dann wieder an.

Meldungen

Einschalten	Alle Segmente leuchten gleichzeitig auf. Dies ist eine Kontrolle für die einwandfreie Funktion der Anzeigen.	
„-----“	Die Waage steht schlecht oder das zu messende Gewicht ist zu gering.	Es ist kein einwandfreier Betrieb möglich. Stellen Sie die Waage auf einen ebenen, harten Untergrund.
„Err“	Die Waage steht schlecht oder ist überlastet.	Stellen Sie die Waage auf einen ebenen, harten Untergrund.
		Liegt die Messung noch im Messbereich von 150kg?
„LO“	Der Batterieladezustand ist zu niedrig.	
„Err-h“	Der errechnete Körperfett-%-Anteil liegt über dem oberen Grenzwert des Messbereichs.	
„Err-l“	Der errechnete Körperfett-%-Anteil liegt unter dem unteren Grenzwert des Messbereichs.	

Tipps zur Anwendung und Pflege

- Wiegen Sie sich ohne Kleider und Schuhe vor einer Mahlzeit und immer zur gleichen Zeit an einem Tag.
- Die Waage rundet auf und ab bis zum nächsten 100g-Schritt.
- Wenn Sie sich zweimal wiegen und zwei verschiedene Angaben erhalten, dann liegt Ihr Gewicht zwischen den beiden Werten.
- Die Waage nicht ins Wasser tauchen, dies könnte die Elektronik zerstören.
- Entfernen Sie die Batterie, wenn die Waage für einen längeren Zeitraum nicht benutzt wird.
- Behandeln Sie die Waage mit Vorsicht, denn sie ist ein Messinstrument. Lassen Sie sie nicht fallen und springen Sie nicht darauf.
- Das Gerät ist vollständig wartungsfrei.
- Belasten Sie das Gerät nicht mit mehr als 150 kg, um Schäden am Gerät zu vermeiden.

Reinigung

- Reinigen Sie das Gerät mit einem leicht feuchten, nicht nassen, Tuch. Achten Sie darauf, dass keine Feuchtigkeit, bzw. Flüssigkeit ins Gerät eindringt!
- Verwenden Sie keine scharfen Zusatzmittel! Diese können das Gehäuse des Gerätes beschädigen!
- Als Zusatzmittel können Sie ein handelsübliches Spülmittel oder eine einfache Seife verwenden.
- Trocknen Sie das Gerät nach der Reinigung mit einem trockenen, weichen Tuch gut ab.

6....-05-PW 2982 6 15.02.2005, 12:42:45 Uhr

Garantie

Wir übernehmen für das von uns vertriebene Gerät eine Garantie von 24 Monaten ab Kaufdatum (Kassenbon).

Innerhalb der Garantiezeit beseitigen wir unentgeltlich die Mängel des Gerätes oder des Zubehörs*), die auf Material- oder Herstellungsfehler beruhen, durch Reparatur oder, nach unserem Ermessen, durch Umtausch. Garantieleistungen bewirken weder eine Verlängerung der Garantiefrist, noch beginnt dadurch ein Anspruch auf eine neue Garantie!

Als Garantienachweis gilt der Kaufbeleg. Ohne diesen Nachweis kann ein kostenloser Austausch oder eine kostenlose Reparatur nicht erfolgen.

Im Garantiefall geben Sie bitte das **komplette** Gerät in der **Originalverpackung** zusammen mit dem Kassenbon an Ihren Händler.

*) Schäden an Zubehörteilen führen nicht automatisch zum kostenlosen Umtausch des kompletten Gerätes. Wenden Sie sich in diesem Fall bitte an unsere Hotline! Glasbruchschäden bzw. Brüche von Kunststoffteilen sind grundsätzlich kostenpflichtig!

Sowohl Defekte an Verbrauchszubehör bzw. Verschleißteilen (z.B. Motorkohlen, Knethaken, Antriebsriemen, Ersatzfernbedienung, Ersatzzahnbürsten, Sägeblättern usw.), als auch Reinigung, Wartung oder der Austausch von Verschleißteilen, fallen nicht unter die Garantie und sind deshalb kostenpflichtig!

Die Garantie erlischt bei Fremdeingriff.

Nach der Garantie

Nach Ablauf der Garantiezeit können Reparaturen kostenpflichtig vom entsprechenden Fachhandel oder Reparaturservice ausgeführt werden.

Service

Sehr geehrter Kunde,

ca. 95% aller Reklamationen sind leider auf Bedienungsfehler zurück zu führen und könnten ohne Probleme behoben werden, wenn Sie sich telefonisch oder über E-mail mit unserer für Sie eingerichteten Service-Hotline in Verbindung setzen.

Wir bitten Sie daher, bevor Sie Ihr Gerät an den Händler zurückgeben, diese Hotline zu nutzen. Hier wird Ihnen, ohne das Sie Wege auf sich nehmen müssen, schnell geholfen.

Clatronic International GmbH
Industriering Ost 40
D-47906 Kempen/Germany

Für technische Fragen haben wir für Sie folgende Telefon-Hotline eingerichtet:

0 21 52 / 20 06 – 888

Verschleißteile und Ersatzteile für unsere Unterhaltungselektronik (soweit diese nicht vom Fachmann ausgewechselt werden müssen) wie z. B. Fernbedienungen, Bedienteilklappen, Lautsprecherblenden usw. können Sie mit Angabe des Gerätetyps unter folgender E-mail-Adresse bestellen:

hotline@clatronic.de

Interessieren Sie sich für weitere Clatronic-Produkte? Besuchen Sie doch einmal unsere Homepage unter

www.clatronic.de oder www.clatronic.com

6....-05-PW 2982 7 15.02.2005, 12:42:46 Uhr

Algemene veiligheidsinstructies

- Lees vóór de ingebruikname van dit apparaat de handleiding uiterst zorgvuldig door en bewaar deze goed, samen met het garantiebewijs, de kassabon en zo mogelijk de doos met de binnenverpakking.
- Gebruik het apparaat uitsluitend privé en uitsluitend voor de voorgeschreven toepassing. Dit apparaat is niet geschikt voor commercieel gebruik (tenzij het bedoeld is voor beperkt gebruik in de buitenlucht). Bescherm het tegen hitte, directe zonnestralen, vocht (i geen geval in vloeistoffen dompelen) en scherpe kanten. Gebruik het apparaat niet met vochtige handen. Bij vochtig of nat geworden apparaat onmiddellijk de stroomtoevoer onderbreken. Niet in het water grijpen.
- Schakel het apparaat uit en onderbreek altijd de stroomtoevoer (trek aan de steker, nooit aan de kabel) wanneer u het apparaat niet gebruikt, hulpstukken aanbrengt, reinigt of wanneer storingen optreden.
- Laat het ingeschakelde apparaat **niet** zonder toezicht werken. Schakel het apparaat altijd uit of trek de steker uit de contactdoos (trek aan de steker, niet aan de kabel) voordat u de werkplek verlaat.
- Bescherm kinderen tegen gevaren en zorg ervoor dat kabels nooit los omlaag hangen en dat het apparaat buiten het bereik van kinderen blijft.
- Controleer regelmatig of het apparaat beschadigingen vertoont. Een beschadigd apparaat mag niet in gebruik worden genomen.
- Repareer het apparaat nooit zelf, maar breng het naar een geautoriseerde vakman. Voorkom gevaren en laat een defecte kabel altijd alleen door de fabrikant, onze technische dienst of een eender gekwalificeerde persoon vervangen door een soortgelijke kabel.
- Gebruik alleen originele reserveonderdelen.
- Neem de onderstaande “Speciale veiligheidsinstructies“ in acht.

Speciale veiligheidsinstructies voor dit apparaat

- De lichaamsvet-analyseweegschaal is niet geschikt voor de volgende personen:
  - kinderen onder 10 jaar en volwassenen boven 80 jaar
  - personen met symptomen van koorts, oedemen of osteoporose
  - personen in dialysebehandeling
  - personen die cardiovasculaire medicijnen nemen
  - zwangeren
  - sporters die dagelijks meer dan 5 uur intensief sport beoefenen
  - personen met een hartfrequentie van minder dan 60 slagen per minuut
- Het apparaat is geconcipieerd voor een lichaamsgewicht van maximaal 150 kg! Hogere gewichten kunnen de weegschaal onherstelbaar beschadigen!

Overzicht van de bedieningselementen

1 ▲/▼ Pijltoetsen voor de selectie
2 ■ Inschakeltoets
3 ► Opslagtoets voor persoonlijke waarden
4 Contactvlakken
5 Display
6 Lichaamslengte in cm
7 Percentage
8 Leeftijd
9 Lichaamsgewicht kg
10 Weergave lichaamsvet/lichaamsvocht
11 Balkweergave lichaamsvet
12 Geheugenplaats
13 Vrouwelijk
14 Mannelijk

Batterij plaatsen
(niet bij levering inbegrepen)

1. Open het batterijvakje aan de onderzijde van het apparaat.
2. Plaats een 9V E-blok = 6LR61 in de batterijhouder.
3. Sluit het batterijvakje.

Let op: batterijen horen niet in het huisafval. Geef verbruikte batterijen af bij het gemeentelijke milieupark of bij de handelaar.

Gooi batterijen nooit in het vuur.

Opmerking: bij normaal gebruik hebben de batterijen een levensduur van ca 1 jaar. Dan moeten zij worden vervangen!

Informatie over de meting van het lichaamsvet

Personen die een pacemaker of een ander medisch implantaat met elektronische onderdelen gebruiken, wordt aangeraden, deze weegschaal niet te gebruiken. Het vermogen van het implantaat kan daardoor gestoord of beïnvloed worden.

Het apparaat kan alleen correct functioneren wanneer u met blote, droge voeten op de contactvlakken staat!

Het werkingsprincipe van dit apparaat baseert op de meting van de elektrische impedantie van het lichaam. Daarvoor stuurt het apparaat een zwak, niet voelbaar, elektrisch signaal door uw lichaam om de actuele waarden van het lichaam te berekenen.

Het signaal is over het algemeen volledig onbedenkelijk! Neem onze speciale veiligheidsinstructies echter toch in acht!

De meting staat bekend onder het begrip van de “bio-elektrische impedantie-analyse” (BIA), een factor die met het lichaamsvet- en lichaamsvochtaandeel samenhangt en die afhankelijk is van andere biologische gegevens (leeftijd, geslacht, lichaamslengte).

Er zijn zware mensen die een evenwichtige verhouding hebben tussen vet- en spiermassa en er zijn schijnbaar slanke mensen met duidelijk te hoge lichaamsvetwaarden. Vet is een factor die in aanzienlijke mate bijdraagt tot de belasting van het organisme - vooral het hart en de bloedsomloop. Daarom is de controle van beide waarden (vet en gewicht) van fundamenteel belang voor gezondheid en fitness.

6....-05-PW 2982 8 15.02.2005, 12:42:46 Uhr

Lichaamsvet

Lichaamsvet is een belangrijk bestanddeel van het organisme. Van de bescherming van de gewrichten tot en met vitamineopslag en de regeling van de lichaamstemperatuur vervult vet een belangrijke rol in ons lichaam. Het doel is dus niet om het lichaamsvet radicaal te verminderen, maar om een evenwichtige verhouding te vinden tussen vet- en spiermassa en deze te handhaven.

De betekenis van water voor onze gezondheid
Het menselijke organisme bestaat voor ongeveer 55-60% uit water, al naargelang de leeftijd en het geslacht in verschillende hoeveelheid.

Water heeft een reeks van taken in het lichaam te vervullen.

- Het is een bouwsteen van onze cellen. Dat betekent dat alle cellen van het lichaam, dus huid-, klier-, spier-, hersen- en andere cellen alleen kunnen functioneren wanneer ze voldoende water bevatten.
- Het is oplosmiddel voor belangrijke substanties in ons organisme.
- Het is transportmiddel voor voedingsmiddelen, lichaamssubstanties en stofwisselingsproducten.

Richtwaarden voor uw fitnessprofiel vindt u in de richtwaardetabel. Daarin wordt aangegeven, hoe lichaamsvetwaarden afhankelijk zijn van leeftijd en geslacht. Bedenk daarbij altijd dat - net als bij de waterhuishouding in ons lichaam - ook de vethuishouding per dag onderhevig is aan sterke schommelingen. Meet dus altijd op hetzelfde tijdstip van de dag om een vergelijkbare waarde te verkrijgen.

De berekende meetresultaten van het lichaamsvet- en lichaamsvochtaandeel zijn slechts referentiewaarden. Ze zijn niet bestemd voor het gebruik voor medische doeleinden. Vraag altijd uw huisarts om advies wanneer u vragen hebt over een medische behandeling of een dieet om uw normale gewicht te bereiken.

Technische kenmerken

Geheugenvoorinstelling:

Geheugen	Geslacht	Lengte	Leeftijd
1	mannelijk	165 cm	25

Geheugenplaatsen:	8
Lengte-instelling:	van 100 tot 250 cm
Leeftijdvan:	10 tot 100 jaar
Minimaal gewicht:	vanaf 2,0 kg
Maximaal gewicht:	150 kg
Weergave bij gewichtsmeting:	0,1 kg stappen
Meetbereik lichaamsvet:	4 – 45 %
Meetbereik lichaamsvocht:	37,8 – 66 %

Richtwaardetabel (ca. en in %)

Leeftijd	Vrouwen		Mannen		Tendens
	Vet	Hydratie	Vet	Hydratie	
tot 30	4,0-16,0%	66,0-57,8%	4,0-11,0%	66,0-61,2%	te mager
	16.1-20,5%	57,7-54,7%	11,1-15,5%	61,1-58,1%	mager
	20,6-25,0%	54,6-51,6%	15,6-20,0%	58,0-55,0%	normaal
	25,1-30,5%	51,5-47,8%	20,1-24,5%	54,9-51,9%	hoog
	30,6-45,0%	47,7-37,8%	24,6-45,0%	51,8-37,8%	zeer hoog
meer dan 30	4,0-20,0%	66,0-55,0%	4,0-15,0%	66,0-58,4%	te mager
	20,1-25,0%	54,9-51,6%	15,1-19,5%	58,3-55,3%	mager
	25,1-30,0%	51,5-48,1%	19,6-24,0%	55,2-52,3%	normaal
	30,1-35,0%	48,0-44,7%	24,1-28,5%	52,2-49,2%	hoog
	35,1-45,0%	44,6-37,8%	28,6-45,0%	49,1-37,8%	zeer hoog

Opmerking: Vanwege de enorme schommelingen ten aanzien van het lichaamsvet is het moeilijk om een richtwaarde te krijgen. Gemiddeld ligt de optimale meettijd voor een volwassene tussen 18 en 20 uur omdat het vetgehalte gedurende deze periode van de dag zeer gelijkmatig blijft!

Ingebruikname

Zuivere weegfunctie

Plaats de personenweegschaal op een harde, vlakke ondergrond (niet op vloerbedekking of tapijt). Een ongelijke ondergrond leidt tot onzuivere resultaten.

1. Schakel de weegschaal in door middel van lichte druk met de voet of de tenen op het glazen vlak.

   Opmerking: op het display verschijnt “88888”.

2. Op het display (5) verschijnt na enkele seconden “0.0”. Ga met beide voeten op de contactoppervlakken (4) van het apparaat staan. Verdeel uw gewicht gelijkmatig en wacht totdat de weegschaal uw gewicht heeft berekend.
3. Uw gewicht verschijnt op het display (5). Na enkele seconden schakelt het apparaat automatisch uit!

Uw persoonlijke gegevens programmeren

Opmerking: U moet de volgende handelingen in de aangegeven volgorde en binnen enkele seconden uitvoeren omdat de programmeermodus anders automatisch wordt onderbroken.

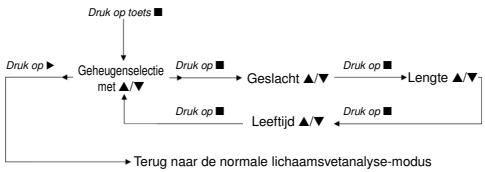
1. Druk de inschakeltoets ■ in om het apparaat in te schakelen. Op het display (5) verschijnen kort alle segmenten; daarna knippert de weergave (12) „Geheugenplaats“.
2. Selecteer een geheugenplaats met behulp van de pijltoetsen ▲/▼.
3. Druk opnieuw op de inschakeltoets ■ om naar de programmeermodus te schakelen.
4. Op het display verschijnt een knipperend symbool: vrouwelijk (13) of mannelijk (14). Selecteer een instelling met behulp van de pijltoetsen ▲/▼.
5. Druk opnieuw op de inschakeltoets ■ om naar de instelling „Lichaamslengte“ te schakelen. Selecteer met behulp van de pijltoetsen ▲/▼ een waarde tussen 100 en 250 cm.
6. Druk opnieuw op de inschakeltoets ■ om naar de instelling “Leeftijd” te schakelen. Selecteer met behulp van de pijltoetsen ▲/▼ een waarde tussen 10 en 100 jaar.
7. Druk opnieuw op de inschakeltoets ■ en u keert terug naar de weergave “Geheugenplaats”. Hier kunt u kiezen uit twee mogelijkheden:

   a. druk opnieuw op de inschakeltoets ■ om alle instellingen nog een keer te bekijken en eventueel wijzigingen uit te voeren.

6....-05-PW 2982 9 15.02.2005, 12:42:48 Uhr

b. druk op de geheugentoets ▶ om naar de modus voor de lichaamsvetmeting te schakelen.
De geheugenplaats en de ingestelde lichaamslengte verschijnen enkele seconden lang op het display, daarna schakelt de weergave over naar „0.0“. Verder zie punt 4 „Bepaling van het gewicht, het lichaamsvet- en het lichaamsvochtaandeel“.

Zie navolgend functieschema ter verduidelijking:



Nu zijn uw persoonlijke waarden op de gekozen geheugenplaats opgeslagen.

In totaal zijn er 8 geheugenplaatsen beschikbaar. Op de andere plaatsen kunt u dus de persoonlijke waarden van andere gezinsleden opslaan.

Bepaling van het gewicht, het lichaamsvet- en het lichaamsvochtaandeel

Sla uw persoonlijke gegevens eerst op een geheugenplaats op.

Opmerking: de meting van het lichaamsvet/ lichaamsvocht kan alleen op blote voeten worden uitgevoerd. Veeg indien nodig de contactoppervlakken even af om het geleidend vermogen te verbeteren. Zet elke blote voet op 2 van de 4 contactoppervlakken.

1. Druk op de inschakeltoets ■ om het apparaat in te schakelen. Op het display (5) verschijnen kort alle segmenten; daarna knippert de weergave (12) “Geheugenplaats”.
2. Selecteer een geheugenplaats met behulp van de pijltoetsen ▲/▼.
3. Druk op de geheugentoets ▶ om naar de modus voor de lichaamsvetmeting te schakelen.
   - De geheugenplaats en de ingestelde lichaamslengte verschijnen enkele seconden lang op het display, daarna schakelt de weergave over naar “0.0”.
4. Ga met beide voeten op de contactoppervlakken (4) van het apparaat staan.
   - Eerst wordt uw gewicht op het display weergegeven.
   - Binnen enkele seconden berekent de weegschaal dan automatisch uw lichaamsvet- en lichaamsvochtaandeel.
   - Het display geeft vervolgens uw lichaamvetpercentage (symbool “BF”), gevolgd door het lichaamsvochtpercentage (symbool “BW”) weer.
   - Daarna schakelt het LC-display vijf keer heen en weer tussen de lichaamsvet- en lichaamsvochtpercentage en schakelt dan automatisch uit.

Displayweergaven en storingsmeldingen

Algemeen

Wanneer op het display een storingsmelding (Err) verschijnt, wacht u totdat het apparaat uitschakelt. Schakel het apparaat weer in om het opnieuw te gebruiken.

Voor het compleet terugzetten van de parameters (reset) verwijdert u de batterijen even en plaatst deze vervolgens weer terug.

Meldingen

Inschakelen	Alle segmenten branden gelijktijdig. Dit is een controle voor de optimale functie van de weergaven.	
„-----“	De weegschaal staat slecht of het te meten gewicht is te laag.	Er is geen optimaal gebruik mogelijk. Plaats de weegschaal op een vlakke, harde ondergrond.
„Err“	De weegschaal staat slecht of is overbelast.	Plaats de weegschaal op een vlakke, harde ondergrond.
		Ligt de meting nog in het meetbereik van 150 kg?
„LO“	De capaciteit van de batterijen is te laag.	
„Err-h“	Het berekende lichaamsvet-%-aandeel ligt boven de maximale waarde van het meetbereik.	
„Err-l“	Het berekende lichaamsvet-%-aandeel ligt beneden de minimale waarde van het meetbereik.	

Tips voor gebruik en onderhoud

- Weeg uzelf altijd zonder kleding en schoenen, vóór een maaltijd en altijd op hetzelfde tijdstip van de dag.
- De weegschaal rondt naar boven of beneden af naar de volgende 100-g-stap.
- Als u zich tweemaal weegt en twee verschillende resultaten verkrijgt, ligt uw gewicht tussen deze beide waarden.
- Dompel de weegschaal niet onder water. Hierdoor kan het elektronische component vernield worden.
- Verwijder de batterij als de weegschaal gedurende langere tijd niet wordt gebruikt.
- Behandel de weegschaal voorzichtig want het is een meetinstrument. Laat hem niet vallen en spring er niet op.
- Het apparaat is absoluut onderhoudsvrij.
- Belast het apparaat niet met een gewicht van meer dan 150 kg. Zo voorkomt u dat het apparaat beschadigd wordt.

Reiniging

- Reinig het apparaat met een vochtige, niet natte doek. Let op dat geen vocht in het apparaat kan dringen!
- Gebruik nooit agressieve reinigingsmiddelen. Deze kunnen het materiaal aantasten!
- U kunt eventueel een gewoon afwasmiddel of gewone zeep gebruiken.
- Droog het apparaat na de reiniging zorgvuldig af met een droge, zachte doek.

6....-05-PW 2982 10 15.02.2005, 12:42:49 Uhr

Dit apparaat is gekeurd conform de op dit moment van toepassing zijnde CE-richtlijnen zoals bijvoorbeeld elektromagnetische compatibiliteit en laagspannings-voorschriften en is geconstrueerd volgens de nieuwste veiligheidstechnische voorschriften.

Technische wijzigingen voorbehouden!

Garantie

Voor het door ons geleverde apparaat verlenen wij een garantie van 24 maanden vanaf koopdatum (kassabon).

Eventuele gebreken aan het apparaat of aan het toebehoren*) die zijn ontstaan door productie- of materiaalfouten verhelpen wij binnen deze periode kosteloos door middel van reparatie of, naar ons oordeel, door vervanging. Eventuele garantiegevallen verlengen noch de geldigheidsduur van de garantie, noch begint daardoor een nieuwe garantieperiode!

Het koopbewijs geldt als garantiebewijs. Zonder dit bewijs kan geen kosteloze reparatie of vervanging plaatsvinden.

Geef in garantiegevallen het **complete** apparaat in de **originele verpakking** samen met de kassabon af bij uw handelaar.

*) Schade aan onderdelen leidt niet automatisch tot kosteloze vervanging van het complete apparaat. Neem in dit geval contact op met onze hotline! De reparatie van glasbreuk of breuk van kunststofonderdelen wordt altijd berekend!

Niet defecten aan de hulpstukken of aan de slijtende onderdelen (bijv. koolborstels, deeghaken, drijfriemen, reserveafstandsbediening, reservetandenborstels, zaagbladen enz.), maar ook reiniging, onderhoud of de vervanging van slijtende delen vallen niet onder de garantie en geschieden altijd tegen berekening!
Bij ingrepen door derden komt de garantieverlening te vervallen.

Na de garantieperiode

Na afloop van de garantieperiode kunnen reparaties tegen berekening worden uitgevoerd door de betreffende vakhandelaar of de technische dienst.

6....-05-PW 2982 11 15.02.2005, 12:42:51 Uhr

Conseils généraux de sécurité

- Lisez attentivement ce mode d'emploi avant de mettre l'appareil en marche pour la première fois. Conservez le mode d'emploi ainsi que le bon de garantie, votre ticket de caisse et si possible, le carton avec l'emballage se trouvant à l'intérieur.
- N'utilisez cet appareil que pour un usage privé et pour les taches auxquelles il est destiné. Cet appareil n'est pas prévu pour une utilisation professionnelle. Ne l'utilisez pas en plein air (sauf s'il est indiqué que vous pouvez le faire). Protégez-le de la chaleur, des rayons directs du soleil, de l'humidité (ne le plongez en aucun cas dans l'eau) et des objets tranchants. N'utilisez pas cet appareil avec des mains humides. S'il arrive que de l'humidité ou de l'eau atteignent l'appareil, débranchez aussitôt le câble d'alimentation. Ne touchez pas les parties mouillées.
- Arrêtez l'appareil et débranchez toujours le câble d'alimentation de la prise de courant (tirez sur la fiche, pas sur le câble) si vous n'utilisez pas l'appareil, si vous installez les accessoires, pour le nettoyage ou en cas de panne.
- Ne laissez **jamais** fonctionner l'appareil sans surveillance. Arrêtez toujours l'appareil ou débranchez le câble d'alimentation (en tirant sur la fiche et non pas sur le câble) si vous devez vous absenter.
- Pour protéger les enfants des risques engendrés par les appareils électriques , veillez à ce que le câble ne pende pas de l'appareil et que l'appareil ne soit pas à portée des enfants.
- Contrôlez régulièrement l'appareil et le câble. Ne mettez pas l'appareil en marche s'il est endommagé.
- Ne réparez pas l'appareil vous-même. Contactez plutôt un technicien qualifié. Pour éviter toute mise en danger, ne faites remplacer le câble défectueux que par un câble équivalent et que par le fabricant, notre service après-vente ou toute personne de qualification similaire.
- N'utilisez que les accessoires d'origine.
- Respectez les „conseils de sécurité spécifiques à cet appareil" ci-dessous ...

Conseils de sécurité spécifiques à cet appareil

- Ce pèse-personne avec analyse de la masse grasse n'est pas adapté pour les personnes suivantes:
  - Enfants de moins de 10 ans et adultes de plus de 80 ans
  - Personnes souffrant de fièvre, oedème ou ostéoporose
  - Personnes en dialyse
  - Personnes prenant des médicaments cardiovasculaires
  - Femmes enceintes
  - Sportifs pratiquant quotidiennement plus de 5 heures d'activités sportives intensives
  - Personnes dont le rythme cardiaque est inférieur à 60 battements/minute
- L'appareil est conçu pour un poids maximum de 150 kg ! Un poids plus important peut détériorer l'appareil!

Liste des différents éléments de commande

1 ▲/▼ Touche portant une flèche pour la sélection
2 ■ Touche de mise en marche
3 Touche mémoire ► pour valeurs personnelles
4 Surface de contact
5 Affichage
6 Taille en cm
7 Pourcentage
8 Age
9 Poids en kg
10 Affichage masse grasse/eau
11 Affichage gradué de la masse grasse
12 Plage de mémoire
13 Féminin
14 Masculin

Installez les piles

(non compris dans la livraison)

1. Ouvrez le compartiment des piles électriques se trouvant au dos de l'appareil.
2. Placez une pile bloc E de 9V = 6LR61 dans le compartiment à pile.
3. Refermez le compartiment des piles électriques.

Attention: ne jetez pas les piles avec vos ordures ménagères. Vous êtes priés de vous débarrasser de vos piles usagées auprès d'un service de recyclage adéquat ou du fabricant.

Ne jetez jamais de piles dans le feu.

Remarque: La durée de vie des piles en cas d'utilisation régulière est d'environ 1 an et elles devraient être remplacées au-delà de ce temps!

Information pour la mesure de la masse adipeuse

Il est déconseillé aux personnes porteuses d'un stimulateur cardiaque ou tout autre dispositif médical équipé de pièces électroniques d'utiliser ce pèse-personne. Le fonctionnement de leur appareil médical risquerait alors d'être perturbé voire bloqué.

L'appareil ne fonctionnne peut fonctionneer correctement que si vous êtes debout pieds nus et les pieds secs sur la surface de contact!

Le principe de base de cet appareil consiste à mesurer l'impédance électrique du corps. L'appareil fait pour cela circuler un signal électrique faible et imperceptible à travers votre corps pour livrer ainsi les valeurs actuelles de votre corps.

Ce signal est en général totalement anodin! Consultez néanmoins nos conseils de sécurité spécifiques à cet appareil!

Cette méthode de mesure est connue sous le nom « analyse de l'impédance bio-électrique" (BIA). Ce facteur est lié à la proportion de masse grasse et d'eau du corps et à d'autres paramètres biologiques (âge, sexe, taille).

Il arrive que des personnes ayant un poids important présentent un rapport équilibré entre la masse adipeuse et la masse musculaire et il existe apparamment des

6....-05-PW 2982 12 15.02.2005, 12:42:51 Uhr

personnes minces ayant des valeurs de masse adipeuse nettement plus élevées. La graisse est un facteur ayant une action particulièrement néfaste sur l'organisme, en particulier sur l'appareil cardio-vasculaire. C'est la raison pour laquelle le contrôle des deux valeurs (masse adipeuse et poids) est une condition de base pour la santé et la condition physique.

Masse grasse

La masse adipeuse est un composant important de notre organisme. Que ce soit pour la protection des articulations, en passant par le stockage des vitamines dans notre corps jusqu'au réglage de la température corporelle, la graisse joue un rôle important dans le corps. Le but n'est n'est donc pas de diminuer radicalement la masse adipeuse du corps, mais d'atteindre un rapport équilibré entre la masse musculaire et la masse adipeuse et de maintenir ce rapport.

L'importance de l'eau pour notre santé

L'organisme humain est composé à environ 55-60% d'eau, selon l'âge et le sexe en quantité différente.

L'eau doit remplir toute une série de tâches dans le corps:

- Elle est un élément de nos cellules. Ce qui signifie que toutes les cellules du corps, que ce soit de la peau, des glandes, des muscles, du cerveau, etc., ne fonctionnement que lorsqu'elles contiennent suffisamment d'eau.
- Elle est un solvant pour les substances importantes de notre organisme.
- Elle est un moyen de transport pour les substances nutritives, substances propres au corps et les produits du métabolisme.

Consultez le tableau de valeurs indicatives pour trouver les indices correspondants à votre profil sportif. Il montre le rapport entre l'âge et le sexe. Veuillez tenir compte du fait que pareil à l'état d'hydratation du corps humain la masse adipeuse est tout autant soumise à de fortes fluctuations dans le courant d'une journée. C'est la raison pour laquelle il est recommandé de se peser régulièrement à la même heure du jour pour avoir une valeur comparable.

Les résultats des mesures de la part de masse grasse et d'eau ne sont que des valeurs de référence. Il est déconseillé de les utiliser à des fins médicales. Demandez toujours avis à votre médecin en cas de questions relatives à un traitement médical ou un régime en vue d'atteindre un poids normal.

Données techniques

Préréglage de la mémoire:

Mémoire	Sexe	Taille	Age
1	masculin	165 cm	25

Plages de mémoire:	8
Taille:	de 100 à 250 cm
Age:	de 10 à 100 ans
Poids minimum:	à partir de 2,0 kg
Poids maximum:	150 kg
Précision de mesure du poids:	tranche de 0,1 kg
Mesure de la masse grasse:	4 – 45 %
Mesure de la masse d'eau:	37,8 – 66 %

Tableau des grandeurs de référence (env. et en %)

Age	Femmes		Hommes		Tendance
	Graisse	Eau	Graisse	Eau	
Moins de 30 ans	4,0-16,0%	66,0-57,8%	4,0-11,0%	66,0-61,2%	trop maigre
	16.1-20,5%	57,7-54,7%	11,1-15,5%	61,1-58,1%	maigre
	20,6-25,0%	54,6-51,6%	15,6-20,0%	58,0-55,0%	normal
	25,1-30,5%	51,5-47,8%	20,1-24,5%	54,9-51,9%	fort
	30,6-45,0%	47,7-37,8%	24,6-45,0%	51,8-37,8%	très fort
Plus de 30 ans	4,0-20,0%	66,0-55,0%	4,0-15,0%	66,0-58,4%	trop maigre
	20,1-25,0%	54,9-51,6%	15,1-19,5%	58,3-55,3%	maigre
	25,1-30,0%	51,5-48,1%	19,6-24,0%	55,2-52,3%	normal
	30,1-35,0%	48,0-44,7%	24,1-28,5%	52,2-49,2%	fort
	35,1-45,0%	44,6-37,8%	28,6-45,0%	49,1-37,8%	très fort

Remarque: Il est difficile d'avoir une valeur de référence en raison des importantes fluctuations de la masse adipeuse. En moyenne, pour un adulte l'horaire idéal de la mesure est situé entre 18 h 00 et 20 h 00, car dans cet intervalle de temps la masse adipeuse est la plus constante !

Avant la première utilisation

Fonctions traditionnelles du pèse-personne

Posez le pèse-personne sur une surface dure et plane (évitez la moquette). Les surfaces non planes occasionnent des imprécisions.

1. Pour mettre l'appareil en marche, appuyez légèrement avec le pied ou la pointe du pied sur la surface en verre.

   Remarque:
   Les chiffres „88888" apparaissent sur l'écran
2. „0.0" apparaît après quelques secondes sur l'écran (5). Placez vos deux pieds sur les surfaces de contact (4) de l'appareil. Répartissez votre poids de façon uniforme et attendez que le pèse-personne calcule votre poids.
3. Votre poids est affiché à l'écran (5). L'appareil s'éteint automatiquement au bout de quelques secondes!

La programmation des données personnelles

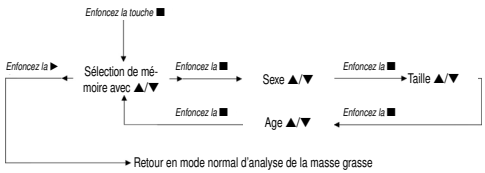
Remarque: Comme l'appareil risque d'interrompre automatiquement le mode „programmation", vous devriez effectuer les étapes de programmation suivantes les unes après les autres et ceci en l'espace de quelques secondes !

1. Appuyez sur la touche de mise en marche ■ pour mettre l'appareil en marche. Tous les segments apparaissent pour un court instant sur l'écran (5); puis (12) „plage mémoire" est indiqué en clignotant.
2. Sélectionnez à l'aide des touches à flèches ▲/▼ une plage de mémoire.
3. Appuyez à nouveau sur la touche marche ■ pour obtenir le mode de programmation.
4. Un symbole clignote sur l'écran pour féminin (13) ou masculin (14). Choisissez à l'aide des touches à flèches ▲/▼ le programme correspondant.
5. Appuyez à nouveau sur la touche marche ■ pour régler la „taille". Sélectionnez à l'aide des touches à flèches ▲/▼ une valeur comprise entre 100 et 250 cm.
6. Appuyez à nouveau sur la touche marche ■ pour programmer votre „Age". Sélectionnez à l'aide des touches à flèches ▲/▼ une valeur comprise entre 10 et 100 ans.

6....-05-PW 2982 13 15.02.2005, 12:42:52 Uhr

7. Appuyez à nouveau sur la touche marche ■ pour retrouver la „plage mémoire“. Vous avez alors le choix entre deux possibilités:
   a. Appuyez à nouveau sur la touche marche ■ pour consulter à nouveau tous les réglages ou éventuellement procéder à des modifications.
   b. Enfoncez la touche mémoire ► pour passer en mode de mesure de la masse grasse. La plage de mémoire et la taille indiquée apparaissent pour quelques secondes sur l'écran. L'affichage passe ensuite sur „0.0“. Pour plus d'informations lire le point 4 „Déterminer la poids, la part de masse grasse et d'eau“.

Pour une meilleure compréhension consultez le schéma de fonctions ci-dessous:



Vos données personnelles sont à présent mémorisées dans le fichier sélectionné.

Vous avez en tout 8 fichiers à votre disposition. Et vous avez, en plus de vos données personnelles, la possibilité de mémoriser dans sept autres fichiers celles de trois autres membres de votre famille.

Déterminer le poids, la part de masse grasse et d'eau

Veuillez mémoriser auparavant vos données personnelles dans un fichier.

Remarque: L'analyse de la masse grasse ne peut être effectuée que pieds nus. Essuyez éventuellement les surfaces de contact pour améliorer le passage du courant. Posez chacun de vos pieds nus sur 2 des 4 surfaces de contact.

1. Enfoncez la touche ■ pour mettre l'appareil en marche. Tous les segments apparaissent pour un court instant sur l'écran (5) puis l'affichage (12) „plage de mémoire“ clignote.
2. Sélectionnez une plage de mémoire à l'aide des touches à flèches ▲/▼.
3. Enfoncez la touche de mémoire ► pour obtenir le mode de mesure de la masse grasse.
   - La plage de mémoire et le taille indiquée apparaissent pour quelques secondes sur l'écran. L'affichage passe ensuite à „0.0“.
4. Posez vos deux pieds sur les surfaces de contact (4) de l'appareil.
   - Votre poids apparaît d'abord sur l'écran.
   - Le pèse-personne calcule alors automatiquement en quelques secondes la part de masse grasse et d'eau.
   - L'écran indique ensuite le pourcentage de masse grasse (symbole „BF“) suivi du pourcentage de masse d'eau (symbole „BW“).
   - L'écran lumineux indique ensuite 5 fois en alternance le pourcentage de masse grasse et d'eau avant de s'éteindre automatiquement.

Affichages d'écran et avis d'erreur

Généralités

Si un avis d'erreur (Err) apparaît sur l'écran, attendez que l'appareil s'éteigne. Mettez ensuite l'appareil à nouveau en marche pour un nouvel essai.

Pour une reprogrammation complète (Reset) retirez la pile pour un moment puis remettez-la dans l'appareil.

Affichage

Mise en marche	Tous les segments s'allument en même temps. Ceci est un contrôle du bon fonctionnement de l'écran.	
„-----“	Le pèse-personne est mal posé ou le poids à peser est trop faible.	L'appareil ne peut pas bien fonctionner. Placez l'appareil sur une surface plane et dure.
„Err“	L'appareil est mal posé ou surchargé.	Placez l'appareil sur une surface plane et dure.
		Le poids à mesurer est-il inférieur à 150kg?
„LO“	Le niveau de charge de la pile est trop faible.	
„Err-h“	Le pourcentage de masse grasse mesurée est supérieur à la limite max. de mesure.	
„Err-l“	Le pourcentage de masse grasse mesurée est inférieur à la limite min. de mesure.	

Conseils d'utilisation et d'entretien

- Pesez-vous sans vêtements ni chaussures, avant de manger et toujours au même moment de la journée.
- La balance arrondit les chiffres à la 100 de gs supérieure ou inférieure.
- Si vous vous pesez deux fois et obtenez deux valeurs différentes, cela signifie que votre poids véritable se situe entre ces deux chiffres.
- Ne plongez jamais l'appariel dans l'eau. Cela pourrait détruire les composants électroniques.
- Retirez les pile lorsque vous n'utilisez pas l'appareil pendant une période de temps prolongée.
- Manipulez la balance avec précaution car c'est un instrument de mesure. Ne la laissez pas tomber. Ne sautez pas dessus.
- L'appareil est immédiatement prêt à être utilisé.
- N'utilisez pas l'appareil pour un poids supérieur à 150 kg. Cela risque sinon d'endommager votre appareil.

Nettoyage

- Nettoyez l'appareil à l'aide d'un chiffon légèrement humide ,mais pas mouillé. Prenez garde à ne pas laisser pénétrer d'humidité ou de liquide dans l'appareil !
- N'utilisez pas de produits additifs agressifs ! Ceux-ci pourraient détériorer l'appareil !
- Comme additif vous pouvez utiliser un produit de vaisselle qu'on trouve habituellement dans le commerce ou un simple savon.
- Après le nettoyage séchez bien l'appareil avec un chiffon doux.

6....-05-PW 2982 14 15.02.2005, 12:42:54 Uhr

Cet appareil a été contrôlé d'après toutes les directives européennes actuelles applicables, comme par exemple concernant la compatibilité électromagnétique et la basse tension. Cet appareil a été fabriqué en respect des réglementations techniques de sécurité les plus récentes.

Sous réserve de modifications techniques.

Garantie

Nous accordons une garantie de 24 mois à dater de la date d'achat (ticket de caisse) pour l'appareil que nous vendons.

Pendant la durée de la garantie, nous éliminons gratuitement les défauts de l'appareil ou des accessoires *) découlant d'un vice de matériau ou de fabrication au moyen d'une réparation ou, selon notre estimation, au moyen d'un remplacement. Les prestations dans le cadre de la garantie n'entraînent aucune prorogation de la durée de garantie et ne donnent pas droit à une nouvelle garantie !

Le justificatif de garantie est le reçu. Sans ce justificatif, aucun remplacement gratuit ni aucune réparation gratuite ne peuvent être effectués.

En cas de recours à la garantie, ramenez votre appareil **complet**, dans son **emballage d'origine**, accompagné de votre preuve d'achat, à votre revendeur.

*) Les endommagements de pièces d'accessoires ne justifient pas automatiquement l'échange gratuit de l'appareil complet. Contactez alors notre centrale téléphonique! La casse de pièces en verre ou en plastique est dans tous les cas à votre charge!

Les défauts sur les accessoires ou les pièces d'usure (p.ex. les charbons de moteurs, crochets, courroies d'entraînement, télécommande de rechange, brosses à dents de rechange, lames de scies etc.) ainsi que le nettoyage, l'entretien ou le remplacement de pièces d'usure ne sont pas garantis et sont donc payants !

En cas d'intervention étrangère, la garantie devient caduque.

Après la garantie

Après écoulement de la durée de garantie, les réparations peuvent être effectuées, contre paiement, par le commerce spécialisé ou le service de réparation.

6....-05-PW 2982 15 15.02.2005, 12:42:55 Uhr

Indicaciones generales de seguridad

- Antes de la puesta en servicio de este aparato lea detenidamente el manual de instrucciones y guarde este bien incluido la garantía, el recibo de pago y si es posible también el cartón de embalaje con el embalaje interior.
- Solamente utilice el aparato para el uso privado y para el fin previsto. Este aparato no está destinado para el uso profesional. No lo utilice al aire libre (en excepto que esté destinado para el uso limitado al aire libre). No lo exponga al calor, a la entrada directa de rayos de sol, a la humedad (en ningún caso sumerja el aparato en agua) y a los cantos agudos. No utilice el aparato con las manos húmedas. En caso de que el aparato esté húmedo o mojado retire de momento la clavija de la caja de enchufe. No tocar el agua.
- Desconecte el aparato y siempre retire la clavija de la caja de enchufe (tire de la clavija no del cable), cuando no quiera utilizar el aparato, montar piezas o en caso de limpieza o defectos.
- **No** utilice el aparato sin vigilancia. En caso de que tenga que dejar su lugar de trabajo, desconecte siempre el aparato o retire la clavija de la caja de enchufe (por favor tire de la clavija y no del cable).
- Para evitar que los niños se hagan daños eléctricos, siempre tenga atención, que el cable no cuelgue hacia abajo y que los niños no tengan acceso al aparato.
- Controle regularmente si el aparato o el cable tiene defectos. No ponga en servicio un aparato defecto.
- No repare el aparato por su cuenta, sino vaya a un establecimiento autorizado. Para evitar peligros, deje sustituir un cable defecto por uno de la misma calidad solamente por el fabricante, nuestro servicio al cliente o una similar persona cualificada.
- Solamente utilice accesorios originales.
- Por favor tenga atención a las “Indicaciones especiales de seguridad…“ indicadas a continuación.

Indicaciones especiales de seguridad para este aparato

- La báscula de grasa de cuerpo no es apropiada para siguientes personas:
  - Niños menores de 10 años y adultos mayores de 80 años
  - Personas con síntomas de fiebre, edemas u osteoporosis
  - Personas en tratamiento de diálisis
  - Personas, que toman medicamentos cardiovasculares
  - Mujeres embarazadas
  - Deportistas que ejerzan más de 5 horas diarias actividad deportiva intensa
  - Personas con una frecuencia cardíaca inferior a 60 pulsaciones/minuto
- ¡El aparato solamente está dimensionado para un peso de cuerpo de máximo 150 kg! ¡Un peso superior podría romper el aparato!

Indicación de los elementos de manejo

1 ▲/▼ Teclas de flecha para selección
2 ■ Tecla de conexión
3 ► Tecla de memoria para valores personales
4 Superficies de contacto
5 Visualizador
6 Estatura cm
7 Porcentaje
8 Edad
9 Peso corporal kg
10 Indicación grasa corporal/agua corporal
11 Indicación de barra grasa corporal
12 Espacio de memoria
13 Femenino
14 Masculino

Introducir baterías

(no está incluido en el suministro)

1. Abra el compartimiento de baterías que se encuentra en la parte trasera del aparato.
2. Introduzca una batería bloc 9V E = 6LR61 en el portapilas.
3. Cierre de nuevo el compartimiento de baterías.

Cuidado: Las baterías no se colocan en el aseo domiciliario. Por favor, entregue las baterías utilizadas en los lugares de recolección o en los negocios donde las venden.

Nunca arroje baterías al fuego.

Nota: ¡Si usa su balanza regularmente sus baterías durarán aprox. 1 año y después de este tiempo deberían ser recambiadas!

Información acerca de la medición de la grasa del cuerpo

Personas que tengan un marcapasos u otra implantación médica con componentes electrónicos, desaconsejamos usar esta báscula. Con ello, se puede arriesgar o perjudicar la eficacia de la implantación.

¡El aparato solamente puede funcionar de forma correcta, si se pone sobre las superficies de contacto descalzo y con los pies secos!

El principio básico de este aparato se basa en la medición de la impedancia eléctrica del cuerpo. Para esto el aparato deja correr por su cuerpo una débil señal eléctrica que no se siente. De esta forma se puede calcular los valores actuales del cuerpo.

¡La señal por lo general no es peligrosa! ¡No obstante, contemple para ello nuestras indicaciones especiales de seguridad!

La medición es conocida bajo el concepto „Análisis de impedancia bioelectrónica“ (BIA), un factor, que depende del porcentaje de grasa y agua corporal y que está relacionado con otros datos biológicos (Edad, sexo, estatura).

Hay personas obesas que tienen una relación equilibrada entre su masa de grasa y su masa muscular y hay personas delgadas con valores de grasa notablemente elevados. La grasa es un factor, que esfuerza notablemente el organismo, en particular el sistema cardíaco-circular. El control de estos dos valores (grasa y peso) son la base para la salud y el bienestar.

6....-05-PW 2982 16 15.02.2005, 12:42:56 Uhr

Grasa corporal

La grasa del cuerpo es un componente importante del cuerpo. Desde las protección de las articulaciones, el almacenamiento de las vitaminas y la regulación de la temperatura corporal, la grasa se encarga de una función importante en el cuerpo. La meta no puede ser reducir radicalmente la cuota de grasa, sino alcanzar y mantener un equilibrio entre la masa muscular y la masa de grasa.

El significado de agua para nuestra salud

El organismo humano existe aprox. un 55% a un 60% de agua, dependiendo de la edad y del sexo en diferente cantidad.

El agua tiene que desempeñar una serie de funciones en el cuerpo:

- Es el elemento constituyente de nuestras células. Esto significa que todas las células del cuerpo, bien sean de piel, de glándula, de músculo, cerebro u otras, sólo podrán desempeñar su función correcta, si contienen suficientemente agua.
- Es diluyente para sustancias importantes en nuestro organismo.
- Es medio de transporte para sustancias nutritivas, sustancias propias del cuerpo y productos de metabolismo.

Valores de referencia para su perfil de buena forma podrá contemplar en la tabla orientativa. Muestra la dependencia de los valores de grasa de la edad y del sexo. Tenga siempre atención, que como sucede con el metabolismo hídrico, también la cuota de grasa varia durante el día. Por ello siempre mida a la misma hora para obtener un valor comparable.

Los resultados calculados de medición de la grasa corporal y del agua corporal solamente son valores de referencia. No son recomendados para hacer de ellos uso medicinal. Rogamos consultar siempre a su médico, si tiene que aclarar alguna cuestión respecto a un tratamiento medicinal o a una dieta para conseguir su peso normal.

Datos técnicos

Preajuste de la memoria:

Memoria	Sexo	Altura	Edad
1	masculino	165 cm	25

Espacios de memoria:	8
Ajuste de la altura:	de 100 a 250 cm
Edad:	de 10 a 100 años
Peso mínimo:	a partir de 2,0 kg
Peso máximo:	150 kg
Resolución en la medición del peso:	0,1 kg pasos
Gama de medida de la grasa corporal:	4 – 45 %
Gama de medida del agua corporal:	37,8 – 66 %

Tabla con valores de orientación (aprox. y en %)

Edad	Mujeres		Hombres		Tendencia
	Grasa	Hidratación	Grasa	Hidratación	
Hasta 30	4,0-16,0%	66,0-57,8%	4,0-11,0%	66,0-61,2%	Muy delgado
	16.1-20,5%	57,7-54,7%	11,1-15,5%	61,1-58,1%	Delgado
	20,6-25,0%	54,6-51,6%	15,6-20,0%	58,0-55,0%	Normal
	25,1-30,5%	51,5-47,8%	20,1-24,5%	54,9-51,9%	Alto
	30,6-45,0%	47,7-37,8%	24,6-45,0%	51,8-37,8%	Muy alto
Más de 30	4,0-20,0%	66,0-55,0%	4,0-15,0%	66,0-58,4%	Muy delgado
	20,1-25,0%	54,9-51,6%	15,1-19,5%	58,3-55,3%	Delgado
	25,1-30,0%	51,5-48,1%	19,6-24,0%	55,2-52,3%	Normal
	30,1-35,0%	48,0-44,7%	24,1-28,5%	52,2-49,2%	Alto
	35,1-45,0%	44,6-37,8%	28,6-45,0%	49,1-37,8%	Muy alto

Nota: Por motivos de grandes variaciones es difícil de obtener un valor orientativo. Por lo general el horario ideal para realizar la mediación es de 18 a 20 horas, ya que en estas horas la cuota de grasa esta muy equilibrada.

Puesta en servicio

Función única de peso

osicione la báscula en un suelo llano y firme (evite las moquetas). Un suelo poco llano produce resultados inexactos al pesarse.

1. Conecte la báscula ejerciendo leve presión con el pie o la punta del pie sobre la superficie de vidrio.

   Nota: En el display aparece „88888“

2. Después de unos segundos aparece en el display (5) „0.0“. Póngase con los dos pies sobre las superficies de contacto (4) del aparato. Distribuya su peso de forma equilibrada y espere hasta que su báscula calcule su peso.
3. Su peso se mostrará en el visualizador (5). ¡Después de unos segundos se desconecta automáticamente el aparato!

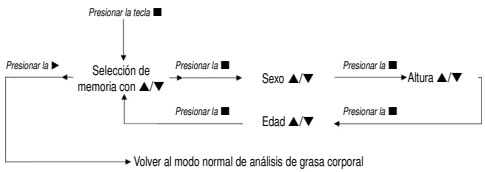
Programar los datos personales

Nota: ¡Los siguientes pasos los debaría hacer sucesivos y dentro de unos segundos, ya que si no el aparato interrumpe automáticamente el modo de programación!

1. Presione la tecla de conexión ■, para conectar el aparato. En el display (5) aparecen brevemente todos los segmentos; a continuación parpadea la indicación (12) „Espacio de memoria“.
2. Seleccione con las teclas de flecha ▲/▼ un espacio de memoria.
3. Presione de nuevo la tecla de conexión ■, para llegar al modo de programación.
4. En el display aparece parpadeando un símbolo femenino (13) o masculino (14). Seleccione un ajuste con las teclas de flecha ▲/▼.
5. Presione de nuevo la tecla de conexión ■, para llegar al ajuste „Estatura“. Seleccione con las teclas de flecha ▲/▼ un valor entre 100 y 250 cm.
6. Presione de nuevo la tecla de conexión ■, para llegar al ajuste „Edad“. Seleccione con las teclas de flecha ▲/▼ un valor entre 10 y 100 años.
7. Presione de nuevo la tecla de conexión ■ y llegará de nuevo a la indicación „Espacio de memoria“. Aquí tendrá dos opciones de selección:

   a. Presione de nuevo la tecla de conexión ■, para poder ver todos los ajustes de nuevo o dado el caso realizar cambios.
   b. Presione la tecla de memoria ▶, para llegar al modo de medición de la grasa corporal. El espacio de memoria y la altura ajustada aparecen unos segundos en el display, después cambiará la indicación a „0.0“. Para más información vea Pkt. 4 „Fijación del peso, del porcentaje de grasa corporal y de agua corporal“.

Para el mejor entendimiento contemple por favor el esquema funcional:



Sus datos personales están ahora programados en la posición de programación.

En total tiene 8 posiciones de programación a su disposición. De esta manera tiene la posibilidad de programar además de la suya, otros siete valores personales de los demás miembros de la familia.

Fijación del peso, del porcentaje de grasa corporal y de agua corporal

Antes debe programar sus datos en una posición de programación.

Nota: La medición solamente se puede realizar teniendo los pies descalzos. En caso de que sea necesario despolvoree las superficies de contacto, para mejorar el efecto de guía. Oriente cada pie descalzo a las 2 o 4 superficies de contacto.

1. Presione la tecla de conexión ■, para conectar el aparato. En el display (5) aparecen brevemente todos los segmentos; a continuación parpadea la indicación (12) „Espacio de memoria“.
2. Seleccione con las teclas de flecha ▲/▼ un espacio de memoria.
3. Presione la tecla de memoria ►, para llegar al modo de medición de la grasa corporal.
   - El espacio de memoria y la estatura ajustada aparecerán unos segundos en el display, después cambiará la indicación a „0.0“.
4. Póngase con ambos pies sobre las superficies de contacto (4) del aparato.
   - Primero se indicará su peso el display.
   - Dentro de pocos segundos calculará la báscula de forma automática su porcentaje de grasa y de agua corporal.
   - El display indicará entonces su porcentaje de grasa corporal (Símbolo „BF“), seguido por el procentaje de agua corporal (Símbolo „BW“).
   - Siguientemente cambiára la indicación LCD cinco veces entre el valor para el porcentaje de grasa corporal y el porcentaje de agua corporal y se desconectará de forma automática.

Indicaciones en el display y avisos de error

Generalidades

Si aparece en el display un aviso de error (Err), espere hasta que se desconecte el aparato. A continuación conecte de nuevo el aparato, para retomar el funcionamiento.

Para un ajuste completo a la posición inicial (Reset) retire por un momento la pila y a continuación conecte ésta de nuevo.

Avisos

Conexión	Todos los segmentos se iluminan al mismo tiempo. Esto es un control para el funcionamiento correcto de las indicaciones.	
„-----“	La báscula está mal colocada o el peso a medir es muy bajo.	No es posible un funcionamiento correcto. Ubique la báscula sobre una base plana y dura.
„Err“	La báscula está mal colocada o está sobrecargada.	Ubique la báscula sobre una base plana y dura.
		La medición todavía se encuentra dentro de la gama de medida de 150kg?
„LO“	El estado de la carga de batería es demasiado bajo.	
„Err-h“	El porcentaje de grasa corporal % calculado se encuentra sobre el límite superior de la gama de medida.	
„Err-l“	El porcentaje de grasa corporal % calculado se encuentra debajo del límite inferior de la gama de medida.	

Consejos para el uso y el cuidado

- Pesése siempre sín ropa y zapatos antes de comer y siempre a la misma hora.
- La báscula redondea hacia arriba o hacia abajo siempre en pasos de 100 g.
- En caso de que se pese dos veces y los pesos sean diferentes, está su peso entre medio de estas dos indicaciones.
- No sumerja la báscula en agua, esto podría dañar la electrónica de ella.
- Quite las batería en caso de que no vaya a usar la báscula durante un período largo de tiempo.
- Cuide la báscula, se trata de un instrumento de medida. Por favor no se tire o salte encima de la báscula.
- El aparato está completamente ausente de entretenimiento.
- Para evitar defectos en el aparato, no sobrecargue el aparato con más de 150 kg.

Limpieza

- Limpie el aparato con un paño levemente humedecido, pero no mojado. ¡Tenga atención que no entre humedad es decir líquido en el aparato!
- ¡No utilice aditivos agresivos! ¡Podría estropear la carcasa del aparato!
- Como aditivo puede utilizar un agente de lavado ordinario o jabón .
- Después de la limpieza seque bien el aparato con un paño seco.

6....-05-PW 2982 18 15.02.2005, 12:42:59 Uhr

Este aparato se ha examinado según las normativas actuales y vigentes de la Comunidad Europea, como p.ej. compatibilidad electromagnética y directiva de baja tensión y se ha construido según las más nuevas especificaciones en razón de la seguridad.

No reservamos el derecho de efectuar modificaciones técnicas.

Garantía

Para el aparato comercializado por nosotros nos responsabilizamos con una garantía de 24 meses a partir de la fecha de compra (factura de compra).

Durante el período de garantía nos encargamos gratuítamente de los defectos del aparato y de los accesorios*), que se hayan originado por defectos del material o de la fabricación. Dependiendo de nuestra estimación se realizará una reparación o un cambio. ¡Los servicios de garantía no prolangan la garantía, ni se incia por ello un período nuevo de garantía!

Como comprobante para la garantía es válido la factura de compra. Sin este comprobante no se podrá realizar un cambio o una reparación gratuíta.

En caso de garantía entregue el aparato **completo** en su **embalaje original** junto con la factura a su agente comerciante.

*) Defectos en las piezas de accesorio, no significan automáticamente el recambio gratuito del aparato completo. ¡En este caso dirijase por favor a nuestra linea de atención al cliente! ¡Rotos de vidrio o roturas en las piezas de plástico deben pagarse siempre por el cliente !

Defectos en los accesorios de uso o en las piezas de desgaste (p.ej. escobillas de carbón del motor, varillas amasadoras, correas de transmisión, mando a distancia de repuesto, cepillos de dientes de repuesto, hojas de sierra etc.), como también la limpieza, mantenimiento o el recambio de piezas de desgaste no recaen en la garantía e irán al cargo del cliente!

En caso de intervención ajena se expira la garantía.

Después de la garantía

Después de haber expirado la garantía se pueden realizar las reparaciones por el concesionario o por el servicio de reparaciones. Los gastos irán al cargo del cliente.

6....-05-PW 2982 19 15.02.2005, 12:43:00 Uhr

Instruções gerais de segurança

- Antes de pôr este aparelho a funcionar, leia muito atentamente as instruções de emprego e guarde-as muito bem, juntamente com o talão de garantia, o talão de compra e, tanto quanto possível, a embalagem com os elementos interiores.
- Utilize o aparelho exclusivamente para fins privados e para a finalidade para a qual o mesmo foi concebido. Este aparelho não se destina a fins comerciais. Não o utilize ao ar livre (a não ser que o mesmo possa ser usado ao ar livre sob determinadas condições). Mantenha-o protegido do calor, de irradiação solar directa, da humidade (não o imergir de forma alguma em quaisquer líquidos) e de arestas aguçadas. Não utilize o aparelho com as mãos molhadas. No caso de o aparelho ficar húmido ou molhado, retire imediatamente a ficha da tomada. Não tocar na água.
- Sempre que não utilizar o aparelho, ou desejar montar acessórios, ou queira limpá-lo, ou ainda em caso de avarias, deverá desligá-lo e retirar a ficha da tomada (puxe pela ficha e não pelo fio).
- O aparelho **não** deverá funcionar sem vigilância. No caso de ter de se ausentar do local onde o aparelho estiver a funcionar, desligue-o sempre ou retire a ficha da tomada (puxe pela ficha e não pelo fio).
- Para proteger as crianças dos perigos relacionados com aparelhos eléctricos, nunca deixe os fios pendurados e atente em que as crianças não possam chegar a tais aparelhos.
- Verifique regularmente se o aparelho ou o fio têm alguns danos. Nunca ponha a funcionar um aparelho com quaisquer danos.
- Não tente reparar o aparelho, dirija-se a um técnico da especialidade, devidamente autorizado. Para evitar quaisquer perigos, é favor substituir um fio danificado por um fio da mesma qualidade. Tal deverá ser efectuado pelo fabricante, pelos nossos serviços de assistência ou por outra pessoa com as mesmas qualificações.
- Utilize apenas acessórios de origem.
- É favor observar as seguintes „Instruções especiais de segurança...“.

Instruções especiais de segurança para este aparelho

- A balança para análise da gordura do corpo não é apropriada para as pessoas seguintes:
  - Crianças com menos de 10 anos e adultos com mais de 80 anos
  - Pessoas com sintomas de febre, com edemas ou osteoporose
  - Pessoas em tratamento de diálise
  - Pessoas que tomem medicamentos cardiovasculares
  - Grávidas
  - Desportistas que pratiquem mais de 5 horas diárias de desporto intenso
  - Pessoas com uma frequência cardiológica inferior a 60 pulsações por minuto
- O aparelho foi concebido para um peso máximo de 150 kg! Um peso maior poderá destruir o aparelho!

Descrição dos elementos

1 ▲/▼ Teclas de setas para selecção
2 ■ Interruptor
3 ► Tecla de memorização para valores pessoais
4 Superfícies de contacto
5 Visor
6 Altura cm
7 Percentagem
8 Idade
9 Peso kg
10 Indicação gordura/água do corpo
11 Faixa com indicação da gordura do corpo
12 Posição de memória
13 Feminino
14 Masculino

Colocação da pilha

(Não incluída)

1. Abrir o compartimento das pilhas que se encontra nas costas do aparelho.
2. Coloque um bloco E de 9 voltes = 6LR61 no suporte de pilhas.
3. Tornar a fechar o mesmo compartimento.

Atenção: as pilhas não deverão ser deitadas para o lixo doméstico. Entregue as pilhas gastas nos locais próprios ou na loja onde as comprou.

Nunca deite pilhas para o fogo.

Nota: No caso de uma utilização regular, as pilhas duram cerca de 1 ano, após o que deverão ser substituídas!

Informações sobre a medição da gordura do corpo

Pessoas que usem um „pace-maker“ ou outra implantação medicinal com peças electrónicas, não deverão usar esta balança. A implantação poderá ser posta em risco ou sofrer outros impedimentos.

O aparelho só funcionará correctamente se se colocar sobre as superfícies de contacto de pés descalços e secos!

O princípio básico deste aparelho é a medição da resistência eléctrica aparente (impedância) do corpo. Para tal, o mesmo emitirá um sinal eléctrico fraco e não sensível que percorrerá o corpo para medir os respectivos valores actuais.

O sinal é, em geral, completamente inofensivo! Consulte por favor as nossas instruções de segurança especiais.

A medição é denominada „Análise bioeléctrica da impedância“ (ABI), um factor relacionado com a percentagem de gordura e de água do corpo, assim como com outros dados biológicos (idade, sexo, altura).

Há pessoas pesadas com uma proporção equilibrada entre a massa de gordura e de músculos, e existem aparentemente pessoas esguias com uma percentagem de gordura manifestamente elevada. A gordura é um factor que contribui sobremaneira para uma sobrecarga do organismo, em especial do sistema cardíaco e circulatório. O controle de ambos os valores (gordura e peso) são por isso uma condição básica para a saúde e a „fitness“.

6....-05-PW 2982 20 15.02.2005, 12:43:00 Uhr

Gordura do corpo

A gordura é um elemento importante do organismo que não só protege as articulações, mas também armazena vitaminas e efectua a regulação da temperatura do corpo. Assim, a finalidade não consiste em reduzir radicalmente a percentagem de gordura que se encontra no corpo, mas atingir e manter uma proporção equilibrada entre a massa de gordura e de músculos.

O significado da água para a nossa saúde

O organismo humano é composto por cerca de 55-60% de água, dependendo a quantidade da idade e do sexo de cada um.

A água desempenha uma série de tarefas no nosso corpo:

- É um elemento essencial das nossas células. Isto significa que todas as células do corpo, sejam elas células da pele, das glândulas, dos músculos ou do cérebro, só estarão em condições de funcionar se tiverem água suficiente.
- É um diluente de substâncias importantes do nosso organismo.
- É meio de transporte de substâncias nutritivas, de substâncias próprias do corpo e de produtos metabólicos.

Consulte a tabela de valores de referência para estabelecer o seu perfil de "fitness". A mesma indica os valores relativos a gordura, em função da idade e do sexo. Terá de se tomar sempre em consideração o facto de que, tal como a percentagem de líquido do corpo, também a de gordura varia fortemente durante o dia. Assim, as medições deverão ser efectuadas sempre à mesma hora para se obter um valor real.

Os valores referentes a medições da percentagem de gordura e de água do corpo constantes da tabela, são apenas valores de referência. Não se recomenda o seu uso para fins medicinais. Consulte o seu médico, sempre que tenha quaisquer perguntas relacionadas com um tratamento clínico ou com uma dieta para conseguir o peso normal.

Características técnicas

Regulação prévia da memorização:

Memória	Sexo	Altura	Idade
1	masculino	165 cm	25

Posições de memória:	8
Regulação da altura:	de 100 a 250 cm
Idade:	de 10 a 100 anos
Peso mínimo:	a partir de 2,0 kg
Peso máximo:	150 kg
Medição do peso:	intervalos de 0,1 kg
Campo de medição da gordura do corpo:	4 – 45 %
Campo de medição da água do corpo:	37,8 – 66 %

Tabela de valores de referência (aproximada e em %)

Idade	Mulheres		Homens		Tendência
	Gordura	Hidratação	Gordura	Hidratação	
Até 30	4,0-16,0%	66,0-57,8%	4,0-11,0%	66,0-61,2%	demasiado magro/a
	16.1-20,5%	57,7-54,7%	11,1-15,5%	61,1-58,1%	magro/a
	20,6-25,0%	54,6-51,6%	15,6-20,0%	58,0-55,0%	normal
	25,1-30,5%	41,5-47,8%	20,1-24,5%	54,9-51,9%	altas
	30,6-45,0%	47,7-37,8%	24,6-45,0%	51,8-37,8%	muito altas
Mais de 30	4,0-20,0%	66,0-55,0%	4,0-15,0%	66,0-58,4%	demasiado magro/a
	20,1-25,0%	54,9-51,6%	15,1-19,5%	58,3-55,3%	magro/a
	25,1-30,0%	51,5-48,1%	19,6-24,0%	55,2-52,3%	normal
	30,1-35,0%	48,0-44,7%	24,1-28,5%	52,2-49,2%	altas
	35,1-45,0%	44,6-37,8%	28,6-45,0%	49,1-37,8%	muito altas

Nota: Devido às grandes flutuações da percentagem de gordura, é difícil conseguir-se um valor de referência. Em média, a altura para se proceder à medição da percentagem de gordura do corpo de um adulto é entre as 16 e as 20 horas, pois tal percentagem permanece muito constante durante estas horas do dia!

Primeira utilização

Função de pesagem

Colocar a balança sobre uma superfície dura e plana (evitar alcatifas). Uma superfície irregular provocará imprecisões.

1. Ligue a balança, pressionando levemente a superfície de vidro com o pé ou a ponta do mesmo.

   Nota: no visor surge „88888"

2. Após alguns segundos, surge no visor (5) a indicação „0.0". Suba para a balança, ficando com ambos os pés sobre as superfícies de contacto (4) do aparelho. Distribua o seu peso equitativamente e espere enquanto a balança procede ao cálculo do seu peso.
3. O seu peso será indicado no visor (5). Após alguns segundos, o aparelho desligar-se-á automaticamente!

Programação dos dados pessoais

Nota: As sequências seguintes deverão ser efectuadas consecutivamente e dentro de alguns segundos pois, de contrário, o aparelho interromperá automaticamente a programação!

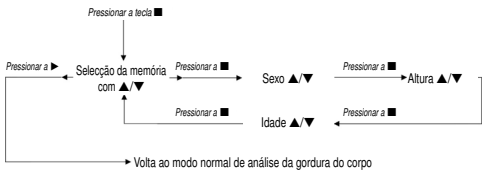
1. Pressione o interruptor ■, para ligar o aparelho. No visor (5) surgirão brevemente todos os segmentos; seguidamente aparecerá intermitente a indicação (12), "posição de memória".
2. Seleccione uma posição de memória com as teclas de setas ▲/▼.
3. Volte a premer a tecla ■ para entrar no modo de programação.
4. Surgirá intermitente no visor um símbolo feminino (13) ou masculino (14). Seleccione um dos dois símbolos accionando as teclas de setas ▲/▼.
5. Volte a premer a tecla ■ para entrar na regulação "Altura". Accionando as teclas de setas ▲/▼, seleccione um valor entre 100 e 250 cm.
6. Pressione a tecla ■ para entrar na regulação "Idade". Accionando as teclas de setas ▲/▼, seleccione um valor entre 10 e 100 anos.
7. Volte a premer a tecla ■ e chegará novamente à regulação "Posição de memória". Aqui poderá escolher entre duas possibilidades:

   a. Volte a premer a tecla ■ para ver de novo todas as regulações que efectuou e, se necessário, para proceder a quaisquer alterações

6....-05-PW 2982 21 15.02.2005, 12:43:02 Uhr

b. Pressione a tecla de memorização ▶ para passar ao modo de medição da gordura do corpo. A posição de memória e a altura regulada surgirão durante alguns segundos no visor. Em seguida, aparecerá a indicação „0.0“. Continue procedendo da forma descrita no ponto 4 da rubrica “Determinação do peso e da percentagem de gordura e de água do corpo”.

Para melhor elucidação observe o seguinte esquema de funcionamento:



Os seus dados pessoais estão agora memorizados no lugar seleccionado.

No total, tem à disposição oito lugares para memorização. Terá assim a possibilidade de memorizar nos restantes sete lugares, os dados pessoais de outros membros da família.

Determinação do peso e da percentagem de gordura e de água do corpo

Memorize antes os seus dados pessoais num dos respectivos lugares.

Nota: A medição só poderá ser efectuada estando o utente descalço. Se necessário, limpe as superfícies de contacto para melhorar as características de condutibilidade. Coloque cada um dos seus pés descalços em 2 das 4 superfícies de contacto.

1. Pressione a tecla ■ para ligar o aparelho. Surgirão brevemente no visor (5) todos os segmentos; em seguida, aparecerá intermitente a indicação (12) “Posição de memória”.
2. Accionando as teclas de setas ▲/▼ seleccione uma posição de memória.
3. Pressione a tecla de memorização ▶ para passar para o modo destinado à medição da gordura do corpo.
   - A posição de memória e a altura regulada surgirão durante alguns segundos no visor; em seguida, aparecerá a indicação „0.0“.
4. Suba para a balança e coloque ambos os pés sobre as superfícies de contacto (4) do aparelho.
   - Em primeiro lugar, o seu peso surgirá no visor.
   - No espaço de alguns segundos a balança procederá automaticamente ao cálculo da percentagem de gordura e de água do seu corpo.
   - O visor indicará então a percentagem de gordura do seu corpo (símbolo „BF“), seguida da respectiva percentagem de água (símbolo „BW“).
   - Seguidamente, a indicação LCD passará cinco vezes do valor da percentagem de gordura para o valor da percentagem de água do seu corpo, após o que se desligará automaticamente.

Indicações do visor e comunicações de erros

Generalidades

Se surgir no visor uma comunicação de erro (Err), espere até o aparelho se desligar. Volte a ligá-lo para se retomar o funcionamento.

Para reinicializar completamente o sistema (Reset) remova a pilha por um momento e volte a colocá-la no aparelho.

Comunicações

Ligação	Os segmentos iluminar-se-ão todos ao mesmo tempo. Trata-se de um controle para um funcionamento perfeito das indicações.	
„-----“	A balança não está bem situada ou o peso é demasiado pequeno.	A balança não poderá funcionar correctamente. Coloque-a sobre uma superfície plana e firme.
„Err“	A balança não está bem situada ou o peso é demasiado.	Coloque a balança sobre uma superfície plana e firme.
		Não foi ultrapassado o peso de 150kg?
„LO“	A pilha está gasta.	
„Err-h“	O valor da percentagem de gordura ultrapassa o valor limite máximo do campo de medição da balança.	
„Err-l“	O valor da percentagem de gordura é inferior ao valor limite mínimo do campo de medição da balança.	

Conselhos para a utilização e cuidados

- É conveniente pesar-se sem vestuário e sem sapatos antes de ter comido e sempre às mesmas horas.
- A balança arredonda o peso, por excesso ou por defeito, até ao valor de 100 g seguinte.
- Se se pesar duas vezes seguidas e se obtiver dois valores diferentes, então o seu peso estará entre os dois valores.
- Não imergir a balança em água, pois o sistema electrónico poderá ser destruído.
- Retirar as pilha da balança, quando a mesma não for utilizada durante um período de tempo prolongado.
- Tratar a balança com cuidado, pois é um instrumento de medição. Não a deixar cair, nem saltar para cima da mesma.
- O aparelho não necessita de qualquer manutenção.
- Não carregar a balança com um peso superior a 150 kg, para se evitarem danos.

Limpeza

- Limpar o aparelho com um pano ligeiramente húmido, não molhado. Tomar cuidado para que não entrem nem humidade nem líquidos no aparelho!
- Não utilizar quaisquer aditivos corrosivos! Estes poderão danificar a caixa do aparelho!
- Poderá utilizar-se um detergente suave, como o que se usa para lavar a louça.
- Enxugar seguidamente o aparelho muito bem, usando um pano seco e macio.

6....-05-PW 2982 22 15.02.2005, 12:43:04 Uhr

Este aparelho foi controlado nos termos das actuais directivas da CEE aplicáveis, tais como inocuidade electromagnética e directiva sobre baixa tensão, e fabricado de acordo com as mais novas prescrições da segurança técnica.

Reserva-se o direito de alterações!

Garantia

O aparelho vendido pela nossa empresa tem uma garantia de 24 meses a partir da data da compra (talão).

Durante o período de garantia, procederemos à remoção grátis - por reparação, ou, segundo a nossa decisão, por substituição - das deficiências do aparelho ou dos acessórios*) que provenham de erros de material ou de fabricação. A prestação de serviços relacionados com a garantia não prolongarão a mesma, nem iniciarão um novo prazo de garantia!

O talão de compra consistirá prova desta garantia. Sem o mesmo, não será possível proceder-se a qualquer troca ou reparação grátis.

Em caso de garantia, entregue o aparelho **completo**, juntamente com o talão de compra, na **loja** onde o mesmo foi comprado.

*) No caso de danos em quaisquer acessórios, não será efectuada automática-mente uma substituição completa do aparelho. Contacte neste caso a nossa hotline! Danos causados por quebras de peças de vidro ou de plástico terão de ser pagos pelo cliente!

Não estão incluídos na garantia quaisquer defeitos de acessórios ou de peças que se desgastem (como, por exemplo, carvões do motor, varinhas, correias do motor, telecomandos, escovas de dentes, folhas de serra, etc.), nem a limpeza, a manutenção ou a substituição de peças que se desgastem, devendo tais despesas ser reembolsadas!

A garantia terminará sempre que tenha havido intervenção alheia nos aparelhos.

Após a garantia

Após a expiração do prazo de garantia, poderão ser efectuados arranjos por pessoal especializado, ou pelos nossos serviços de reparações, contra reembolso.

6....-05-PW 2982 23 15.02.2005, 12:43:05 Uhr

Norme di sicurezza generali

- Prima di mettere in funzione questo apparecchio, leggere molto attentamente le istruzioni per l'uso e conservarle con cura unitamente al certificato di garanzia, allo scontrino e, se possibile, alla scatola di cartone con la confezione interna.
- Utilizzare l'apparecchio esclusivamente per scopi privati e conformemente al tipo di applicazione previsto. Questo prodotto non è stato concepito ai fini di un impiego in ambito industriale. Non utilizzarlo all'aperto (a meno che non sia contemplato un particolare tipo di uso all'aperto nel rispetto di specifiche condizioni). Proteggerlo dal calore, nonché dall'esposizione diretta ai raggi solari e dall'umidità (non immergerlo mai in sostanze liquide) e tenerlo a distanza da oggetti con spigoli affilati. Non utilizzare l'apparecchio con le mani umide. Nel caso in cui si bagni o si inumidisca l'apparecchio, staccare immediatamente la spina. Evitare il contatto con l'acqua.
- Disattivare l'apparecchio e staccare sempre la spina dalla relativa presa (si raccomanda di afferrare il connettore e non il cavo quando si effettua questa operazione) allorché non si utilizza l'apparecchio, quando si applicano degli accessori oppure nel caso in cui lo si debba pulire o si siano manifestate anomalie.
- **Non** mettere in funzione l' apparecchio senza sorveglianza. Se si dovesse assentarsi dal posto di lavoro, spegnere e disconnettere sempre l' apparecchio, (prendendo in mano la spina, non tirando il cavo).
- Allo scopo di proteggere i bambini contro i pericoli che possono derivare dagli apparecchi elettrici, accertarsi che non vi siano cavi pendenti e che i bambini non possano accedere in alcun modo all'apparecchio stesso.
- Controllare periodicamente l'apparecchio per verificare che non vi siano danni. Non mettere in funzione l'apparecchio nel caso in cui sia guasto.
- Non tentare di riparare l'apparecchio, bensì rivolgersi a un tecnico autorizzato. Al fine di evitare l'insorgere di situazioni di pericolo, si raccomanda di contattare il costruttore, il nostro servizio di assistenza tecnica o un tecnico ugualmente qualificato per la sostituzione del cavo di alimentazione difettoso con un cavo equivalente.
- Utilizzare esclusivamente accessori originali.
- Rispettare le seguenti "Speciali norme di sicurezza...".

Speciali norme di sicurezza relative a questo apparecchio

- La bilancia per l'analisi del grasso corporeo non è indicata per questa cerchia di persone:
  - bambini sotto i 10 anni e adulti sopra gli 80 anni
  - persone con sintomi di febbre, edemi o osteoporosi
  - persone che stanno facendo dialisi
  - persone che assumono medicinali per disturbi cardiovascolari
  - donne in gravidanza
  - sportivi che esercitano ogni giorno un'attività sportiva intensa per più di 5 ore
  - persone con una frequenza cardiaca inferiore a 60 battiti/minuto.
- L'apparecchio è destinato all'uso per un peso corporeo massimo di 150 kg. Un peso maggiore può distruggere l'apparecchio!

Elementi di comando

1 ▲/▼ Tasti con le frecce per la selezione
2 ■ Tasto di accensione
3 ► Tasto per memorizzare i valori personali
4 Superfici di contatto
5 Display
6 Statura cm
7 Percentuale
8 Età
9 Peso corporeo kg
10 Visualizzazione grasso corporeo/ acqua corporea
11 Barra di visualizzazione del peso corporeo
12 Posizione memoria
13 Femminile
14 Maschile

Inserimento delle batterie
(non incluso nella fornitura)

1. Aprire il vano batterie sul retro dell'apparecchio.
2. Inserire nel supporto batteria un blocco E 9V = 6LR61.
3. Richiudere il vano batterie.

Attenzione: le batterie non vanno smaltite insieme ai rifiuti domestici. La preghiamo di depositare le batterie usate presso i centri di raccolta appositi oppure presso i rivenditori.

Non gettare mai le batterie nel fuoco.

Avvertenza: con l'uso regolare le batterie durano ca. 1 anno e poi si dovrebbero sostituire!

Informazioni sulla misurazione dei grassi nel corpo

Si sconsiglia l'uso di questa bilancia alle persone che hanno un pacemaker o un altro impianto medico con elementi elettronici. La resa dell'impianto può essere messa a rischio o limitata.

L'apparecchio può funzionare correttamente solo se si sta sulle superfici di contatto scalzi e con i piedi asciutti!

Il principio fondamentale di questo apparecchio si basa sulla misurazione dell'impedenza elettrica del corpo. L'apparecchio fa scorrere nel vostro corpo un segnale elettrico debole, non percepibile, per rilevare così i valori attuali del corpo.

In genere il segnale è del tutto innocuo! Ciò malgrado osservare le nostre avvertenze speciali di sicurezza!

La misurazione è nota sotto il nome di "Analisi bioelettrica dell'impedenza" (BIA), un fattore connesso con la percentuale di acqua e grasso nel corpo e con altri dati biologici (età, sesso, statura).

Ci sono persone pesanti che presentano un rapporto equilibrato tra grassi e massa muscolare e ci sono persone apparentemente magre con valori di grassi notevolmente superiori. Il grasso è un fattore che contribuisce notevolmente ad affaticare l'organismo, soprattutto il sistema cardiocircolatorio. Perciò il controllo di entrambi i valori (grassi e peso) è una premessa fondamentale per essere sani e in forma.

6....-05-PW 2982 24 15.02.2005, 12:43:06 Uhr

Grasso corporeo

Il grasso nel corpo svolge un ruolo importante nell'organismo: dalla protezione delle articolazioni all'assorbimento delle vitamine fino alla regolazione della temperatura del corpo. L'obiettivo non è quindi quello di ridurre radicalmente la percentuale di grassi, ma creare un rapporto equilibrato tra massa muscolare e grassi e mantenerlo.

L'importanza dell'acqua per la nostra salute

L'organismo umano è composto per il 55-60% di acqua, in quantità diverse a seconda dell'età e del sesso.

L'acqua deve svolgere una serie di funzioni nell'organismo:

- E' un modulo delle nostre cellule. Questo significa che tutte le cellule del corpo, sia che si tratti di cellule della pelle, di ghiandole, muscoli, cervello o altre, funzionano solo se contengono abbastanza acqua.
- L'acqua è il solvente per sostanze importanti nel nostro organismo.
- E' il vettore per le sostanze nutritive, le sostanze endogene e i prodotti del metabolismo.

I valori di riferimento per il vostro profilo fitness sono riportati nella tabella dei valori orientativi. Essa indica la relazione tra valori di grasso, età e sesso. Per cortesia si tenga presente che, esattamente come nel bilancio idrico, anche la percentuale di grassi è soggetta a forti oscillazioni durante la giornata. Per questa ragione si dovrebbero effettuare le misurazioni sempre alla stessa ora, al fine di ottenere valori paragonabili.

I risultati di misurazione calcolati della percentuale di grasso e acqua nel corpo sono solo valori di riferimento. Se ne sconsiglia l'uso per scopi medici. In caso di dubbi su una terapia medica o una dieta per raggiungere il peso normale, farsi sempre consigliare dal proprio medico.

Caratteristiche tecniche

Preimpostazione della memoria:

Memoria	Memoria	Statura	Età
1	Maschile	165 cm	25

Posizioni memoria:	8
Impostazione statura:	da 100 a 250 cm
Età:	da 10 a 100 anni
Peso minimo:	da 2,0 kg
Peso massimo:	150 kg
Risoluzione nella misurazione del peso:	sequenze di 0,1 kg
Margine di misurazione grasso corporeo:	4 – 45 %
Margine di misurazione acqua corporea:	37,8 – 66 %

Valori indicativi (ca. e in %)

Età	Donne		Uomini		Tendenza
	Grasso	Idratazione	Grasso	Idratazione	
Fino a 30	4,0-16,0%	66,0-57,8%	4,0-11,0%	66,0-61,2%	troppo magro
	16,1-20,5%	57,7-54,7%	11,1-15,5%	61,1-58,1%	magro
	20,6-25,0%	54,6-51,6%	15,6-20,0%	58,0-55,0%	normale
	25,1-30,5%	51,5-47,8%	20,1-24,5%	54,9-51,9%	alto
	30,6-45,0%	47,7-37,8%	24,6-45,0%	51,8-37,8%	molto alto
Oltre 30	4,0-20,0%	66,0-55,0%	4,0-15,0%	66,0-58,4%	troppo magro
	20,1-25,0%	54,9-51,6%	15,1-19,5%	58,3-55,3%	magro
	25,1-30,0%	51,5-48,1%	19,6-24,0%	55,2-52,3%	normale
	30,1-35,0%	48,0-44,7%	24,1-28,5%	52,2-49,2%	alto
	35,1-45,0%	44,6-37,8%	29,6-45,0%	49,1-37,8%	molto alto

Avvertenza: date le forti oscillazioni della percentuale di grassi nel corpo è difficile avere un valore indicativo. In media l'ora migliore per effettuare la misurazione è tra le 18 e le 20 perché in questa fascia oraria la percentuale di grassi rimane molto regolare!

Messa in funzione

Solo pesatura

Mettete la bilancia pesapersone su una superficie dura e liscia (evitate la moquette). Un pavimento dalla superficie irregolare causa imprecisioni nella pesatura.

1. Mettere in funzione la bilancia facendo leggermente pressione con il piede, cioè premendo con la punta sulla superficie di vetro.

   Nota: nel display appare "88888"

2. Dopo alcuni secondi nel display (5) appare "0.0". Mettersi con entrambi i piedi sulle superfici di contatto (4) dell'apparecchio. Distribuire il peso uniformemente e attendere finché la bilancia ha calcolato il vostro peso.
3. Il display (5) indica il vostro peso. Dopo alcuni secondi l'apparecchio si spegne automaticamente.

Programmazione dei dati personali

Avvertenza: le seguenti fasi devono essere eseguite successivamente ed entro pochi secondi, altrimenti l'apparecchio interrompe automaticamente la modalità di programmazione!

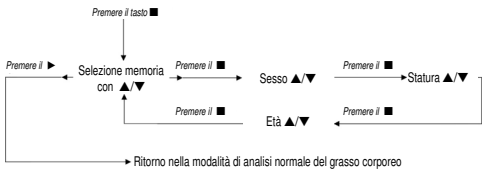
1 Premere il tasto di accensione ■ per accendere l'apparecchio. Sul display (5) appaiono per un breve lasso di tempo tutti i segmenti; poi lampeggia la visualizzazione (12) "Posizione memoria".
2. Con i tasti freccia ▲/▼ selezionare una posizione memoria.
3. Premere di nuovo il tasto di accensione ■ per entrare nella modalità di programmazione.
4. Nel display appare un simbolo lampeggiante femminile (13) o maschile (14). Con i tasti freccia ▲/▼ selezionare un'impostazione.
5. Premere di nuovo il tasto di accensione ■ per entrare nell'impostazione "Statura". Con i tasti freccia ▲/▼ selezionare un valore tra 100 e 250 cm.
6. Premere di nuovo il tasto di accensione ■ per entrare nell'impostazione "Età". Con i tasti freccia ▲/▼ selezionare un valore tra 10 e 100 anni.
7. Premendo di nuovo il tasto di accensione ■ si passa nuovamente alla visualizzazione "Posizione memoria". Qui si ha la scelta tra due possibilità:

   a. Premere di nuovo il tasto di accensione ■ per vedere nuovamente tutte le impostazioni o apportare eventuali modifiche.

6....-05-PW 2982 25 15.02.2005, 12:43:07 Uhr

b. Premere il tasto memoria ▶ per passare alla modalità di misurazione del grasso corporeo. La posizione di memoria e la statura impostata appaiono per pochi secondi nel display, poi la visualizzazione passa a “0.0”. Poi v. punto 4 “Stabilire il peso, il grasso corporeo e la percentuale di acqua corporea”.

Per una comprensione migliore osservare il seguente schema funzioni:



I vostri valori personali ora sono memorizzati nella posizione di memoria selezionata.

Sono a disposizione complessivamente 8 posizioni di memoria. Così avete la possibilità di salvare in altre sette posizioni di memoria anche i valori personali dei vostri familiari.

Stabilire il peso, il grasso corporeo e la percentuale di acqua corporea.

Prima memorizzate i vostri dati personali su una posizione di memoria.

Nota: La misurazione può essere effettuata solo a piedi nudi. Se necessario, ripulire ancora una volta le superfici di contatto per migliorare l’effetto di conduzione. Allineare sempre i piedi scalzi su 2 delle 4 superfici di contatto.

1. Premere il tasto di accensione ■ per accendere l’apparecchio. Sul display (5) appaiono per un breve lasso di tempo tutti i segmenti; poi lampeggia la visualizzazione (12) “Posizione memoria”.
2. Con i tasti freccia ▲/▼ selezionare una posizione memoria.
3. Premere il tasto memoria ▶ per passare alla modalità di misurazione del grasso corporeo.
   - La posizione di memoria e la statura impostata appaiono per pochi secondi nel display, poi la visualizzazione passa a “0.0”.
4. Mettersi con entrambi i piedi sulle superfici di contatto (4) dell’apparecchio.
   - Prima nel display viene visualizzato il vostro peso.
   - Entro pochi secondi la bilancia calcola automaticamente la percentuale di grasso e acqua del vostro corpo.
   - Il display indica poi la percentuale di grasso corporeo (simbolo “BF”), seguita dalla percentuale di acqua corporea (simbolo “BW”).
   - Poi il display LCD passa cinque volte di seguito tra percentuale di grasso corporeo e percentuale di acqua corporea e infine si spegne automaticamente.

Visualizzazioni del display e messaggi di errore

Informazioni generali

Se sul display appare un messaggio di errore (Err), attendere finché l’apparecchio si spegne. Riaccendere per ripristinare il funzionamento.

Per un reset completo (Reset) rimuovere per un attimo la batteria e ricollegarla.

Messaggi

Accendere	Tutti i segmenti si accendono contemporaneamente. Questo è un controllo per stabilire il funzionamento ineccepibile delle visualizzazioni.	
„-----“	La bilancia è appoggiata male o il peso da misurare è troppo scarso.	Un funzionamento ineccepibile non è possibile. Mettere la bilancia su un fondo piano e duro.
„Err“	La bilancia è appoggiata male o è sovraccarica.	Mettere la bilancia su un fondo piano e duro.
		La misurazione è ancora nel margine di misurazione di 150 kg?
„LO“	La carica delle batterie è troppo bassa.	
„Err-h“	La percentuale di grasso corporeo calcolata è sopra il valore massimo superiore del margine di misurazione.	
„Err-l“	La percentuale di grasso corporeo calcolata è sotto il valore massimo inferiore del margine di misurazione.	

Consigli per l’uso e la manutenzione

- Pesatevi senza vestiti e senza scarpe prima dei pasti e sempre alla stessa ora del giorno.
- La bilancia arrotonda per eccesso o per difetto fino al peso più vicino in 100 g.
- Se vi pesate due volte e ottenete due indicazioni diverse, il vostro peso è tra i due valori.
- Non immergete la bilancia in acqua, si potrebbe distruggere l’elettronica.
- Togliete la batteria se non usate la bilancia per un po’ di tempo.
- Trattate la bilancia con cautela perché è un meccanismo di misurazione. Non fatela cadere e non saltateci sopra.
- L’apparecchio non richiede nessuna manutenzione.
- L’apparecchio non tollera più di 150 kg. Non superate questo peso per evitare danni alla bilancia.

Pulizia

- Pulire l‘apparecchio con un panno leggermente inumidito, non bagnato. Fare attenzione che non penetrino liquidi né umidità nell‘apparecchio!
- Non aggiungere sostanze corrosive! Potrebbero danneggiare la scatola dell‘apparecchio!
- In aggiunta all‘acqua si può usare un comune detergente per stoviglie o sapone.
- Dopo la pulizia asciugare bene l‘apparecchio con un panno morbido e asciutto.

6....-05-PW 2982 26 15.02.2005, 12:43:08 Uhr

Questo apparecchio è stato controllato sulla base di tutte le direttive CE attuali in vigore in questo settore, quali per esempio la normativa in materia di compatibilità elettromagnetica e la direttiva in materia di bassa tensione, ed è stato costruito conformemente alle norme di sicurezza più moderne.

Con riserva di apportare modifiche tecniche.

Garanzia

Per l'apparecchio da noi messo in commercio ci assumiamo una garanzia di 24 mesi dalla data di acquisto (scontrino).

Durante la garanzia noi ci impegniamo ad eliminare gratuitamente i guasti dell'apparecchio o degli accessori*), dovuti a difetti di materiale o di fabbricazione, riparandoli o, a nostra discrezione, sostituendoli. Le prestazioni in garanzia danno luogo a una proroga della garanzia né danno diritto ad una nuova garanzia!

Per la garanzia è sufficiente lo scontrino di acquisto. Senza questo scontrino non sussiste il diritto né ad una sostituzione né ad una riparazione gratuita.

Nel caso si ricorra alla garanzia, restituire al rivenditore l'apparecchio **completo** in ogni sua parte, **nell'imballaggio originale** unitamente allo scontrino.

*) Danni agli accessori non giustificano automaticamente lo scambio gratuito dell'apparecchio completo. Si prega di mettersi in contatto con la nostra centrale telefonica. Danni alle parti di vetro oppure fratture ai pezzi di materia plastica sono obbligatoriamente a spese del cliente.

La riparazione di pezzi d'uso ovvero soggetti a logoramento (cursori, ganci impastatori, cinghie di trasmissione, telecomandi di ricambio, spazzolini di ricambio, lame di seghe ecc.) come anche operazioni di pulizia e manutenzione o la sostituzione di pezzi soggetti a logoramento non rientrano nella garanzia e quindi sono a pagamento!

La garanzia si annulla nel caso di intervento da parte di terzi.

Dopo la garanzia

Al termine della garanzia le riparazioni possono essere eseguite dietro pagamento dal corrispettivo negozio specializzato o servizio riparazioni.

6....-05-PW 2982 27 15.02.2005, 12:43:09 Uhr

Generelle sikkerhetsanvisninger

- Les nøye gjennom bruksanvisningen før du tar apparatet i bruk. Ta godt vare på bruksanvisningen, garantibeviset, kassalappen og helst også esken med innvendig emballasje.
- Apparatet må bare brukes til private formål og de formål det der er beregnet på. Dette apparatet er ikke ment for industriell bruk. Det må ikke benyttes utendørs (bortsett fra hvis det bare er beregnet på utendørs bruk). Hold det unna varme, direkte solskinn, fuktighet (senk det aldri ned i væsker) og skarpe kanter. Ikke bruk apparatet hvis du er fuktig på hendende. Hvis apparatet har blitt fuktig eller vått, må du trekke ut støpselet med en gang. Ikke kom borti vannet.
- Slå av apparatet og trekk alltid støpselet ut av stikkontakten (trekk i støpselet, ikke i ledningen) når du ikke bruker apparatet, fest tilbehørsdeler for rengjøring eller ved feil.
- **Ikke** bruk apparatet uten oppsikt. Hvis du forlater arbeidsplassen, må du alltid slå apparatet av eller trekke støpselet ut av stikkontakten (trekk i støpselet, ikke i ledningen.
- For å beskytte barn mot farer forbundet med elektriske apparater, må du alltid sørge for at ledningen ikke henger ned, og at apparatet ikke er tilgjengelig for barn.
- Kontroller jevnlig om det er skader på apparat og ledning. Skadede apparater må ikke brukes.
- Ikke reparer apparatet selv. Oppsøk en autorisert fagmann. Hvis en nettledning er defekt, må du sørge for at den kun skiftes ut med en lik ledning, for slik å unngå farer. Dette må gjøres av produsenten, vår kundetjeneste eller en lignende kvalifisert person.
- Bruk bare originaltilbehør.
- Legg merke til “Spesielle sikkerhetsanvisninger” nedenfor.

Spesielle sikkerhetsanvisninger for dette apparatet

- Denne vekten med analyse av kroppfett egner seg ikke for følgende personer:
  - Barn under 10 år og voksne over 80 år
  - Personer med symptomer på feber, ødemer eller osteoporose
  - Personer som får dialysebehandling
  - Personer som tar kardiovaskulære medisiner
  - Gravide
  - Idrettsutøvere som trener intensivt i mer enn 5 timer daglig
  - Personer med en hjertefrekvens på under 60 slag i minuttet
- Apparatet er beregnet for en maksimal kroppsvekt på 150 kg! Tyngre vekt kan ødelegge apparatet!

Oversikt over betjeningselementene

1 ▲/▼ – piltaster
2 ■ – på-tast
3 ► – lagringstast for personlige verdier
4 Kontaktflater
5 Display
6 Kroppshøyde i cm
7 Prosentandel
8 Alder
9 Kroppsvekt i kg
10 Indikator for kroppsfett/kroppsvann
11 Søyleindikator for kroppsvekt
12 Lagringsplass
13 Kvinne
14 Mann

Legge inn batteriet
(Batteri leveres ikke med)

1. Åpne batterirommet på undersiden av apparatet.
2. Legg et batteri av typen 9 V E-blokk = 6LR61 i batteriholderen.
3. Lukk batterirommet igjen.

OBS: Batterier hører ikke hjemme i husholdningsavfallet. Brukte batterier skal leveres på ansvarlige oppsamlingssteder eller hos en forhandler.

Kast aldri batterier i ovnen.

Tips: Ved vanlig bruk holder batteriene i ca. 1 år. Da bør de skiftes!

Informasjon om måling av kroppsfett

Personer som bruker en hjertestimulator eller et annet medisinisk implantat med elektroniske komponenter, frarådes fra å bruke denne vekten. Den kan påvirke eller sette implantatets funksjoner i fare.

Apparatet fungerer bare riktig når du står barbeint med tørre føtter på kontaktflatene!

Det grunnleggende prinsippet for apparatet går ut på å måle kroppens elektriske impedans. Apparatet sender et svakt, umerkelig elektrisk signal gjennom kroppen din og finner deretter de aktuelle verdiene for deg.

Signalet er normalt helt ufarlig! Se likevel våre spesielle sikkerhetsinstrukser!

Denne formen for måling er kjent under begrepet ”bioelektrisk impedansanalyse” (BIA), en faktor som henger sammen med både fett- og vannandelen i kroppen samt med andre biologiske data (alder, kjønn, kroppshøyde).

Det finnes tunge mennesker som har et balansert forhold mellom fett- og muskelmasse, og det finnes tilsynelatende slanke mennesker med klart forhøyede kroppsfettverdier. Fett er en faktor som bidrar sterkt til å belaste organismen, særlig hjerte-kar-systemet. Derfor er det en grunnleggende forutsetning for helse og sunnhet å kontrollere begge verdiene (både fett og vekt).

Kroppsfett

Kroppsfett er en viktig del av organismen. Fett har en viktig oppgave i kroppen, fra å beskytte leddene og lagre vitaminer til å regulere kroppstemperaturen. Målet er altså ikke å redusere fettandelen radikalt, men å oppnå og opprettholde et balansert forhold mellom muskelmasse og fettmasse.

6....-05-PW 2982 28 15.02.2005, 12:43:10 Uhr

Hva vann betyr for helsen vår

Den menneskelige organismen består av ca. 55–60 % vann, noe avhengig av alder og kjønn.

Vann har en rekke oppgaver i kroppen:

- Det er byggestein i cellene våre. Det betyr at alle cellene i kroppen, både hud-, kjertel-, muskel-, hjerneceller og andre celler, bare kan fungere hvis de inneholder tilstrekkelig med vann.
- Det er oppløsningsmiddel for viktige substanser i organismen.
- Det er transportmiddel for næringsstoffer, kroppens egne substanser og stoffskifteprodukter.

Retningsgivende verdier for din helseprofil finner du i referansetabellen. Den viser kroppsfettverdienes avhengighetsforhold til alder og kjønn. Legg merke til at både vannreservene i kroppen og fettandelen svinger kraftig i løpet av dagen. Mål derfor alltid på samme tidspunkt på dagen for å få en sammenlignbar verdi.

Måleresultatene for andelen kroppsfett og andelen kroppsvann er kun referanseverdier. De anbefales ikke brukt til medisinske formål. Rådfør deg alltid med legen din dersom du har spørsmål om en medisinsk behandling eller en diett for å oppnå normalvekt.

Tekniske kjennetegn

Forhåndsinnstilling av minnet:

Minne	Kjønn	Høyde	Alder
1	Mann	165 cm	25

Lagringsplasser:	8
Høydeinnstilling:	fra 100 til 250 cm
Alder:	fra 10 til 100 år
Minimumsvekt:	2,0 kg
Maksimumsvekt:	150 kg
Oppløsning ved vektmåling:	trinn på 0,1 kg
Måleområde for kroppsfett:	4–45 %
Måleområde for kroppsvann:	37,8–66 %

Referansetabell (ca. og i %)

Alder	Kvinner		Menn		Tendens
	Fett	Hydratisering	Fett	Hydratisering	
opptil 30	4,0-16,0%	66,0-57,8%	4,0-11,0%	66,0-61,2%	for tynn
	16,1-20,5%	57,7-54,7%	11,1-15,5%	61,1-58,1%	tynn
	20,6-25,0%	54,6-51,6%	15,6-20,0%	58,0-55,0%	normal
	25,1-30,5%	51,5-47,8%	20,1-24,5%	54,9-51,9%	høy
	30,6-45,0%	47,7-37,8%	24,6-45,0%	51,8-37,8%	svært høy
over 30	4,0-20,0%	66,0-55,0%	4,0-15,0%	66,0-58,4%	for tynn
	20,1-25,0%	54,9-51,6%	15,1-19,5%	58,3-55,3%	tynn
	25,1-30,0%	51,5-48,1%	19,6-24,0%	55,2,52,3%	normal
	30,1-35,0%	48,0-44,7%	24,1-28,5%	52,2-49,2%	høy
	35,1-45,0%	44,6-37,8%	28,6-45,0%	49,1-37,8%	svært høy

Tips: På grunn av store svingninger i kroppsfettandelen er det vanskelig å få en referanseverdi. Normalt er det optimale måletidspunktet for et voksent menneske mellom klokka 18 og 20, for i dette tidsrommet ligger fettandelen svært jevnt!

Ta i bruk apparatet

Ren vektfunksjon

Sett badevekten på et hardt, flatt underlag (unngå teppegulv). Ujevne gulv fører til unøyaktigheter.

1. Slå på vekten ved å trykke lett på glassflaten med foten eller tåspissen.

   Tips: På displayet vises ”88888”.

2. Etter noen sekunder vises ”0.0” på displayet (5). Still deg med begge beina på kontaktflatene (4). Fordel kroppsvekten din jevnt og vent mens vekten beregner hvor mye du veier.
3. Vekten din vises på displayet (5). Etter noen sekunder slår apparatet seg av automatisk!

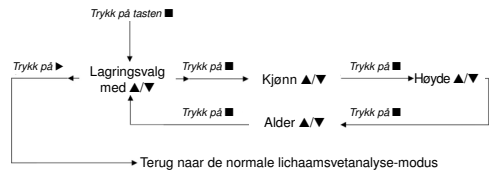
Programmere personlige data

Tips: De følgende trinnene bør utføres rett etter hverandre, i løpet av noen få sekunder, ellers avbryter apparatet programmeringsmodusen automatisk!

1. Trykk på på-tasten ■ for å slå på apparatet. På displayet (5) vises kort alle segmentene, deretter blinker indikatoren (12) ”Lagringsplass”.
2. Velg en lagringsplass med piltastene ▲/▼.
3. Trykk en gang til på på-tasten ■ for å komme over i programmeringsmodus.
4. På displayet blinker et symbol for kvinne (13) eller mann (14). Velg riktig kjønn ved hjelp av piltastene ▲/▼.
5. Trykk en gang til på på-tasten ■ for å komme til innstillingen ”Kroppshøyde”. Bruk piltastene ▲/▼ og velg en verdi mellom 100 og 250.
6. Trykk en gang til på på-tasten ■ for å komme til innstillingen ”Alder”. Bruk piltastene ▲/▼ og velg en verdi mellom 10 og 100 år.
7. Trykk en gang til på på-tasten ■ og du kommer tilbake til indikatoren ”Lagringsplass”. Her har du to valg:

   a. Trykk en gang til på på-tasten ■ for å se alle innstillingene en gang til og foreta eventuelle endringer.
   b. Trykk på lagringsknappen ▶ for å komme over i modusen for kroppsfettmåling.
   Lagringsplassen og den innstilte kroppshøyden vises på displayet i noen sekunder, deretter skifter indikatoren over til ”0.0”. For mer informasjon, se punkt 4 ”Bestemme vekt og andel kroppsfett og kroppsvann”.

Studer funksjonsskjemaet under for å forstå det hele bedre:



Dine personlige verdier er nå lagret på den utvalgte minneplassen.

Du har totalt 8 lagringsplasser til disposisjon. Du kan altså bruke de 7 andre plassene til å lagre de personlige verdiene til for eksempel andre familiemedlemmer.

6....-05-PW 2982 29 15.02.2005, 12:43:11 Uhr

Bestemme vekt, andel kroppsvekt og andel kroppsvann

Først må du lagre dine personlige verdier på en lagringsplass.

Tips: Du kan bare måle deg når du er barbeint. Tørk av kontaktflatene ved behov for å forbedre ledeeffekten. Still deg med nakne føtter på 2 av de 4 kontaktflatene.

1. Trykk på på-tasten ■ for å slå på apparatet. På displayet (5) vises alle segmentene kort, deretter blinker indikatoren (12) ”Lagringsplass”.
2. Bruk piltastene ▲/▼ og velg en lagringsplass.
3. Trykk på lagringstasten ► for å komme over i modusen for kroppsfettmåling.
   - Lagringsplassen og innstilt kroppshøyde vises på displayet i noen sekunder, deretter skifter indikatoren over til ”0.0”.
4. Still deg med begge føttene på kontaktflatene (4).
   - Først vises vekten din på displayet.
   - I løpet av noen sekunder beregner vekten så automatisk din andel av kroppsfett og kroppsvann.
   - Displayet viser så prosentsatsen for kroppsfett (symbolet ”BF”), fulgt av prosentsatsen for kroppsvann (symbolet ”BW”).
   - Deretter veksler LCD-indikatoren fem ganger mellom prosentverdiene for kroppsfett og kroppsvann, før den slår seg av automatisk.

Displayvisninger og feilmeldinger

Generelt

Hvis det vises en feilmelding (Err) på displayet, må du vente til apparatet slår seg av. Deretter kan du slå det på igjen og prøve en gang til.

For å nullstille alt (reset) kan du ta ut batteriet et øyeblikk og så legge det inn igjen.

Meldinger

Slå på	Alle segmentene lyser samtidig. Dette er en kontroll av at apparatet fungerer som det skal.	
„-----“	Vekten står utstødig eller den som skal måles, veier for lite.	Vekten kan ikke fungere som den skal. Sett vekten på et jevnt og hardt underlag.
„Err“	Vekten står ustødig eller er overbelastet.	Sett vekten på et jevnt og hardt underlag.
		Ligger målingen innenfor måleområdet på 150kg?
„LO“	Batteriet er dårlig.	
„Err-h“	Den utregnede prosentandelen kroppsfett ligger over måleområdets øvre grenseverdi.	
„Err-l“	Den utregnede prosentandelen kroppsfett ligger under måleområdets nedre grenseverdi.	

Tips om bruk og vedlikehold

- Vei deg uten klær og sko før et måltid og alltid til samme tid på dagen.
- Vekten runder opp og ned til nærmeste 100 gram.
- Hvis du veier deg to ganger og får to ulike resultater, ligger vekten din et sted mellom disse to verdiene.
- Ikke legg vekten ned i vann, dette kan ødelegge elektronikken.
- Fjern batteriet hvis vekten ikke er i bruk over lengre tid.
- Behandle vekten med forsiktighet – det er et måleinstrument. Ikke mist den i gulvet og ikke hopp opp på den.
- Apparatet er fullstendig vedlikeholdsfritt.
- For å unngå skader på apparatet må du ikke belaste det med mer enn 150 kg.

Rengjøring

- Rengjør apparatet med en lett fuktig – ikke våt – klut. Pass på at det ikke kommer fuktighet eller væske inn i apparatet!
- Ikke bruk sterke tilsetningsmidler! De kan skade apparathuset!
- Som tilsetningsmiddel kan du bruke vanlig oppvaskmiddel eller en enkel såpe.
- Tørk av apparatet med en tørr, myk klut etter rengjøring.

Dette apparatet har blitt testet i henhold til alle aktuelle CE-retningslinjer som det rammes av, f.eks. elektromagnetisk toleranse og direktiver om lavspenning. Det er laget i henhold til dagens nyeste sikkerhetstekniske forskrifter.

Med forbehold om tekniske endringer!

Garanti

For apparat som vi har solgt, påtar vi oss en garanti på 24 måneder fra kjøpsdato (kassalapp).

Innenfor garantitiden fjerner vi mangler på apparat eller tilbehør*) uten omkostninger hvis manglene skyldes material- eller produksjonsfeil. Dette gjør vi ved reparasjon eller – etter vår vurdering – bytting.

Garantiytelser medfører ingen forlengelse av garantitiden, og det oppstår heller ikke noe krav på en ny garanti på grunn av dette!

Som garantibevis gjelder kjøpsbeviset. Uten dette beviset kan du ikke få byttet eller reparert apparatet gratis.

I forbindelse med garanti ber vi om at du gir **hele** apparatet i **originalemballasjen** sammen med kassalappen til din forhandler.

*) Skader på tilbehørsdeler fører ikke automatisk til at du får byttet hele apparatet gratis. I slike tilfeller ber vi deg om å henvende deg til vår hotline! Glasskader eller sprekker i plastdeler er i prinsippet kostnadspliktige!

Verken defekter på forbrukstilbehør og slitasjedeler (for eksempel motorkull, eltekroker, drivremmer, ekstra fjernbetjening, ekstra tannbørster, sagblader osv.) eller rengjøring, vedlikehold og utskifting av slitasjedeler går inn under garantien. Slike ting er derfor kostnadspliktige!

Garantien utgår ved inngrep utenfra.

Etter garantien

Etter at garantitiden har gått ut, kan reparasjoner utføres av den aktuelle faghandelen eller reparasjonsservice mot betaling.

6....-05-PW 2982 30 15.02.2005, 12:43:13 Uhr

General Safety Instructions

- Read the operating instructions carefully before putting the appliance into operation and keep the instructions including the warranty, the receipt and, if possible, the box with the internal packing.
- The appliance is designed exclusively for private use and for the envisaged purpose. This appliance is not fit for commercial use. Do not use it outdoors (except if it is designed to be used outdoors). Keep it away from sources of heat, direct sunlight, humidity (never dip it into any liquid) and sharp edges. Do not use the appliance with wet hands. If the appliance is humid or wet, unplug it immediately. Do not put it in water.
- When cleaning or putting it away, switch off the appliance and always pull out the plug from the socket (pull on the plug, not the cable) if the appliance is not being used and remove the attached accessories.
- Do **not** operate the machine without supervision. If you should leave the workplace, always switch the machine off or remove the plug from the socket (pull the plug itself, not the lead).
- To protect children from the dangers posed by electrical appliances, make sure that the cable is hanging low and that children do not have access to the appliance.
- Check the appliance and the cable for damage on a regular basis. Do not use the appliance if it is damaged.
- Do not try to repair the appliance on your own. Always contact an authorized technician. To avoid the exposure to danger, always have a faulty cable be replaced only by the manufacturer, by our customer service or by a qualified person and with a cable of the same type.
- Use only original spare parts.
- Pay careful attention to the following “Special Safety Instructions“.

Special Safety Instructions for this Machine

- The body fat scales are not suitable for the following people:
  - Children under 10 and adults over 80
  - Individuals with symptoms of fever, oedemas or osteoporosis
  - People undergoing dialysis treatment
  - Those taking cardiovascular medication
  - Pregnant women
  - Sportsmen and women who do more than 5 hours of intense sporting activity a day
  - People with a pulse of less than 60 beats a minute
- The device can bear a maximum body weight of 150 kg! A larger weight can damage the device!

Overview of the Components

1 ▲/▼ Selection arrow keys
2 ■ On/off switch
3 ► Storage button for personal values
4 Contact surfaces
5 Display
6 Body size in cm
7 Percentage ratio
8 Age
9 Body weight in kg
10 Body fat/body water display
11 Body fat bar display
12 Memory location
13 Female
14 Male

Inserting the batteries
(not supplied)

1. Open the battery compartment on the back of the device.
2. Insert one 9V E-Block = 6LR61 into the battery holder.
3. Close the battery compartment again.

Note: Do not dispose of batteries in the domestic waste. Please return used batteries to the relevant collection points or the shop where they were bought.

Never throw batteries into a fire.

Attention: The batteries have a life of approx. 1 year if used regularly and are to be changed when this period elapses.

Information for body fat measurement

People who use a heart pacemaker or another type of medical implant with electronic components are advised not to use these scales, as otherwise the performance of the implant may be impaired or endangered.

The device functions correctly if your feet are bare and dry and if you are in standing position.

The basic principle of these scales is measurement of the electrical impedance of the body. The scales send a weak, imperceptible electrical signal through your body in order to determine the current values.

Under normal circumstances the signal is completely harmless! Nevertheless you should read our special safety instructions!

The measurement is known as “biometric impedance analysis“ (BIA), a factor which is associated with the body fat and body water ratio and which is subject to other biological aspects (age, sex, height).

There are heavy people with a well-balanced relation between fat and muscular mass and there are apparently slender people with substantially higher body fat values. Fat is a factor that contributes to burdening the body and, in particular, the circulatory system. Te checks of both values (fat and weight) are hence a basic prerequisite for health and fitness.

6....-05-PW 2982 31 15.02.2005, 12:43:14 Uhr

Body Fat

Body fat is an important part of the body. Fat plays an important role in your body ranging from the protection of joints with its reserve of vitamins to the regulation of the body temperature. The goal is not to reduce drastically the quantity of fat in your body, but to reach and maintain a balanced relation between the muscular mass and the fat mass.

The significance of water for our health

The human organism consists of approximately 55-60% water, with this quantity varying according to age and sex.

Water has a number of tasks to fulfil in the body:

- It is a building block of our cells. This means that all cells in the body, whether these are skin, gland, muscle, brain or other cells, can only function if they receive enough water.
- It is a solvent for important substances in our organism.
- It is a means of transport for nutrients, the body's own substances and metabolic products.

Please see the table of guideline values for the reference value for your fitness profile. It shows that there is a relation between the body fat values and your age and sex. Always bear in mind that, as in the case of the water balance in your body, also the share of fat is subject to great variations. Therefore, weigh yourself always at the same hour of the day to obtain a comparable value.

The results of the analysis of the body fat and body water ratio are only reference values. They are not recommended for use for medical purposes. You should always consult your doctor if you have any questions about medical treatment or a diet to achieve your normal weight.

Technical Features

Memory presets:

Memory	Sex	Height	Age
1	Male	165 cm	25

Memory locations:	8
Height setting:	from 100 to 250 cm
Age:	from 10 to 100 years
Minimum weight:	2.0 kg
Maximum weight:	150 kg
Weight measurement acc.:	0.1 kg steps
Body fat measurement range:	4 – 45 %
Body water measurement range:	37.8 – 66 %

Reference Value Table (approx. and in %)

Age	Women		Men		Tendency
	Fat	Hydration	Fat	Hydration	
Up to 30	4,0-16,0%	66,0-57,8%	4,0-11,0%	66,0-61,2%	too thin
	16,1-20,5%	57,7-54,7%	11,1-15,5%	61,1-58,1%	thin
	20,6-25,0%	54,6-51,6%	15,6-20,0%	58,0-55,0%	normal
	25,1-30,5%	51,5-47,8%	20,1-24,5%	54,9-51,9%	high
	30,6-45,0%	47,7-37,8%	24,6-45,0%	51,8-37,8%	very high
Over 30	4,0-20,0%	66,0-55,0%	4,0-15,0%	66,0-58,4%	too thin
	20,1-25,0%	54,9-51,6%	15,1-19,5%	58,3-55,3%	thin
	25,1-30,0%	51,5-48,1%	19,6-24,0%	55,2-52,3%	normal
	30,1-35,0%	48,0-44,7%	24,1-28,5%	52,2-49,2%	high
	35,1-45,0%	44,6-37,8%	28,6-45,0%	49,1-37,8%	very high

Attention: Owing to great variations in the level of body fat it is difficult to obtain a reference value. On average for adult men the best time for the measurement is between 6 and 8 o'clock p.m. because the level of body fat is very constant during this period!

Putting into service

Simple Weighing Function

Position the balance on a hard, flat surface (avoid carpets). Uneven floors lead to imprecise readings.

1. Switch on the scales by pressing lightly with your foot or toes on the glass surface.

   Note: "88888" appears in the display.
2. After a few seconds "0.0" appears in the display (5). Now stand with both feet on the contact surfaces (4) of the scales. Spread your weight out evenly and wait while the scales calculate your weight.
3. Your weight is shown on the display (5). After a few seconds the device shuts off automatically!

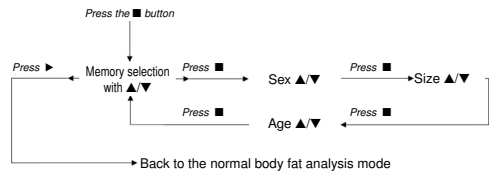
Programming your personal data

Attention: Carry out the following operations one after the other and within a few seconds or the device will automatically interrupt the programming mode!

1. Press the on switch ■ to switch on the device. For a short time all segments appear in the display (5); then the „memory location" display (12) flashes.
2. Select a memory location with the ▲/▼ arrow keys.
3. Press the switch-on button ■ again to reach the programming mode.
4. A female (13) or male (14) symbol flashes in the display. Use the ▲/▼ arrow keys to select a setting.
5. Press the switch-on button ■ again to reach the "height" setting. Use the arrow keys ▲/▼ to select a value between 100 and 250 cm.
6. Press the settings button ■ again to reach the "age" setting. Use the arrow keys ▲/▼ to select a value between 10 and 100 years.
7. Press the switch-on button ■ again to return to the "memory location" display. Here you can choose between two alternatives:

   a. Press the switch-on button ■ again to review all the settings and change if necessary.
   b. Press the ▶ storage button to reach the body fat measurement mode.
   The memory location and the height that has been set appear in the display for a few seconds before the display changes to "0.0". See also section 4 "Determining your Weight, Body Fat and Body Water Ratio".

The following function diagram will help you to understand this more easily:



Your personal values are now saved in the selected memory slot.

A total of 8 memory slots are available. Therefore, you can save the personal values of the other members of your family with the seven other memory slots.

Determining your Weight, Body Fat and Body Water Ratio

First save your personal data in a memory slot.

Note: The measurement can only be performed if you are barefoot. If necessary, wipe the contact surfaces to improve conduction of the electricity. Place each of your bare feet on 2 of the 4 contact surfaces.

1. Press the switch-on button ■ to switch the device on. All segments appear briefly in the display (5); then the "memory location" display (12) flashes.
2. Use the ▲/▼ arrow keys to select a memory location.
3. Press the storage button ▶ to enter the body fat measurement mode.
   - The memory location and the height that has been set appear in the display for a few seconds before the display changes to "0.0".
4. Place both your feet on the contact surfaces (4) of the scales.
   - At first your weight is shown in the display.
   - Within a few seconds the scales calculate your body fat and body water ratio automatically.
   - The display then shows your body fat percentage ("BF" symbol), followed by the body water percentage ("BW" symbol).
   - Then the LCD display alternates five times between the values for the body fat and the body water percentage before switching off automatically.

Display and Error Messages

General

If an error message (Err) appears in the display please wait until the scales switch off. Then switch them on again to continue using them.

For a complete reset remove the battery for a moment and then reconnect it.

Messages

Switching on	All segments light up simultaneously. This is a check that the displays are working correctly.	
„-----“	The scales are not positioned correctly or the weight to be measured is too low.	Correct operation is not possible. Place the scales on a flat and solid surface.
„Err“	The scales are not positioned correctly or overloaded.	Place the scales on a flat and solid surface.
		Is the weight being measured greater than 150kg?
„LO“	The battery charge is too low.	
„Err-h“	The calculated body fat % ratio is above the upper limit of the measurement range.	
„Err-l“	The calculated body fat % ratio is below the lower limit of the measurement range.	

Usage and care tips

- Weigh yourself without any clothes or shoes on before meals and always at the same hour of the day.
- The balance rounds off weight to the closest 100 g.
- If you weigh yourself twice and two different values are given, it means that your weight is comprised between both values.
- Do not immerse the balance in water: the electronic components can be damaged.
- Remove the batterie if the balance is not to be used for a long period of time.
- Handle the balance with care, as it is a precise measuring instrument. Do not drop it or jump on it.
- Absolutely no need for maintenance.
- Do not load the appliance with more than 150 kg to avoid damaging the device.

Cleaning

- Clean the device with a slightly moist cloth. Make sure that no humidity or waters seeps into the device!
- Do not use abrasive detergents! These can damage the casing of the device!
- Use a commercially sold detergent or soap for cleaning.
- Dry the device well after cleaning with a dry and soft cloth.

This device has been tested according to all relevant current CE guidelines, such as electromagnetic compatibility and low voltage directives, and has been constructed in accordance with the latest safety regulations.

Subject to technical changes without prior notice!

Guarantee

The device supplied by our Company is covered by a 24 month guarantee starting on the date of purchase (receipt).

During the life of the guarantee any fault of the device or its accessories *) ascribable to material or manufacturing defects will be eliminated free of charge by repairing or, at our discretion, by replacing it. The guarantee services do not entail an extension of the life of the guarantee nor do they give rise to any right to a new guarantee!

Proof of the guarantee is provided by the proof of purchase. Without proof of purchase no free replacement or repair will be carried out.

If you wish to make a claim under the guarantee please return the **entire** machine in the **original packaging** to your dealer together with the receipt.

*) Damage to accessories does not mean automatic free replacement of the whole machine. In such cases please contact our hotline. Broken glass or breakage of plastic parts are always subject to a charge.

Defects to consumables or parts subject to wearing (e.g. motor pistons, kneading blades, drive shafts, spare remote control, spare toothbrushes, saw blades, etc.) as well as cleaning, maintenance or the replacement of said parts are not covered by the guarantee and hence are to be paid!

6....-05-PW 2982 33 15.02.2005, 12:43:17 Uhr

The guarantee lapses in case of unauthorized tampering.

After the expiry of the guarantee

After the expiry of the guarantee repairs can be carried by the competent dealer or repair service against the payment of the ensuing costs.

6....-05-PW 2982 34 15.02.2005, 12:43:18 Uhr

Ogólne wskazówki bezpieczeństwa

- Przed uruchomieniem urządzenia proszę bardzo dokładnie przeczytać instrukcję obsługi.Proszę zachować ją wraz z kartą gwarancyjną, paragonem i w miarę możliwości również kartonem z opakowaniem wewnętrznym.
- Proszę wykorzystywać urządzenie jedynie dla prywatnego celu,jaki został przewidziany dla urządzenia.Urządzenie to nie zostało przewidziane do użytku w ramach działalności gospodarczej.Proszę nie korzystać z urządzenia na zewnątrz (chyba że w określonych warunkach).Proszę trzymać urządzenie z daleka od ciepła,bezpośredniego promieniowania słonecznego,wilgoci (w żadnym wypadku nie zanurzać w substancjach płynnych)oraz ostrych krawędzi.Proszę nie obsługiwać urządzenia wilgotnymi dłońmi.Jeżeli urządzenie jest wilgotne lub mokre,proszę natychmiast wyciągnąć wtyczkę.
- Jeżeli nie korzystacie Państwo z urządzenia,jeżeli chcecie Państwo zamontować jakieś akcesoria,w celu wyczyszczenia lub w przypadku jakichkolwiek zakłóceń,proszę zawsze wyłączyć urządzenie i wyjąć wtyczkę z gniazdka (proszę pociągnąć za wtyczkę,nie za przewód zasilający).
- Pracującego urządzenia **nie** należy pozostawiać bez nadzoru. Jeżeli opuszczają Państwo miejsce pracy, należy zawsze pamiętać o wyłączeniu urządzenia, wzgl. wyjęciu wtyczki z gniazda (należy ciągnąć za wtyczkę, nie za przewód).
- Aby uchronić dzieci przed niebezpieczeństwem związanym z elektrycznymi urządzeniami,proszę zadbać o to,aby przewód zasilający nigdy nie wisiał luźno,oraz aby dzieci nie miały dostępu do urządzenia.
- Proszę regularnie kontrolować urządzenie pod kątem uszkodzeń.Proszę nie uruchamiać uszkodzonego urządzenia.
- W razie awarii proszę nie naprawiać urządzenia samemu lecz skorzystać z pomocy autoryzowanego specjalisty. Jeżeli przewód zasilający nieodłączalny ulegnie uszkodzeniu, to powinien on być wymieniony u producenta lub w specjalnym zakładzie naprawczym albo przez wykwalifikowaną osobę w celu uniknięcia zagrożenia.
- Proszę stosować tylko oryginalne akcesoria.
- Prosimy pamiętać o podanych dalej „Specjalnych wskazówkach dotyczących bezpiecznego użytkowania“.

Specjalne wskazówki dotyczące bezpiecznego użytkowania urządzenia

- Waga do analizy zawartości tłuszczu ustrojowego w organizmie nie nadaje się dla następujących grup osób:
  - dzieci w wieku do 10 lat i dorośli w wieku powyżej 80 lat
  - osoby z objawami gorączki, obrzęków lub osteoporozy
  - osoby leczone dializà
  - osoby przyjmujące leki na schorzenia sercowonaczyniowe
  - kobiety w ciąży
  - sportowcy, uprawiający intensywne zajęcia sportowe przez ponad 5 godzin dziennie
  - osoby o częstotliwości pracy serca poniżej 60 uderzeń/minut´
- Maksymalny ciężar do którego urządzenie jest przystosowane to 150 kg! Większy ciężar może uszkodzić urządzenie.

Przegląd elementów obsługi

1 ▲/▼ Dwa przyciski wyboru ze strzałkami
2 ■ Przycisk włączający
3 ► Przycisk do zapisywania indywidualnych wartości do pamięci
4 Powierzchnia kontaktowa
5 Wyświetlacz
6 Wzrost w cm
7 Udział procentowy
8 Wiek
9 Waga ciała w kg
10 Wskaźnik tłuszczów/wody ustrojowej
11 Wskaźnik belkowy tłuszczu ustrojowego
12 Komórka pamięci
13 Kobieta
14 Mężczyzna

Założenie baterii
(nie objęte dostawą)

1. Proszę otworzyć kieszeń na baterie znajdującą się z tyłu urządzenia.
2. Włóż baterię blokową 9V E = 6LR61 w uchwyt baterii.
3. Proszę ponowni zamknąć kieszeń na baterie.

Uwaga: baterii nie należy wyrzucać do kosza na śmieci. Proszę pozbywać się zużytych baterii oddając je we właściwych punktach lub w sklepie.

Proszę nigdy nie wrzucać baterii do ognia.

Wskazówkla: przy regularnym korzystaniu z urządzenia baterie wystarczają na ok. 1 rok, po upływie tego czasu należy je wymienić!

Informacje dotyczące pomiaru tkanki tłuszczowej

Odradzamy używanie tej wagi osobom, które mają wszczepiony stymulator serca lub inne elektroniczne implanty medyczne. Może to spowodować naruszenie sprawności pracy implantu.

Urządzenie tylko wtedy będzie funkcjonowało prawidłowo, jeżeli staną Państwo boso, suchymi stopami na powierzchni kontaktowej!

Zasada działania tego urządzenia oparta jest na pomiarze impedancji elektrycznej ciała. W tym celu urządzenie przepuszcza przez ciało słaby, niewyczuwalny sygnał elektryczny, na którego podstawie oblicza aktualne wskaźniki.

Zasadniczo sygnał ten jest całkowicie nieszkodliwy! Mimo to należy przestrzegać naszych szczególnych zasad bezpieczeństwa!

Pomiar ten jest znany jako „Bioelektryczna Analiza Impedancji“ (BAI), czynnik związany z zawartością tłuszczu ustrojowego i wody ustrojowej a także z innymi parametrami biologicznymi (wiek, płeć, wzrost).

U pewnych osób istnieje równowaga między zawartością tkanki tłuszczowej i tkanki mięśniowej w organizmie, istnieją jednak także osoby, które można by uznać za szczupłe, u których równowaga ta została zachwiana wskutek zwiększenia masy tłuszczowej. Tkanka tłuszczowa

6....-05-PW 2982 35 15.02.2005, 12:43:18 Uhr

w znaczny sposób wpływa na obciążenie organizmu, w szczególności układu krążenia. Kontrola obu wartości (tkanki tłuszczowej i ciężaru) to podstawa zachowania zdrowia i dobrej formy.

Tłuszcz ustrojowy

Tkanka tłuszczowa jest istotnym składnikiem organizmu. Tłuszcz spełnia ważną rolę począwszy od ochrony stawów, poprzez gromadzenie witamin, aż do regulacji temperatury ciała. Celem nie powinno więc być radykalne zmniejszenie zawartości tłuszczu w organizmie, ale osiągnięcie i utrzymanie wyważonej równowagi między tkanką mięśniową a tłuszczową.

Znaczenie wody dla naszego zdrowia

Organizm człowieka składa się w ok. 55-60% z wody, w różnej ilości zależnie od wieku i płci.

W organizmie woda ma szereg zadań do wykonania:

- Jest materiałem tworzącym nasze komórki. Oznacza to, że wszystkie komórki ciała: skóry, gruczołów, mięśni czy mózgu a także innych narządów, mogą funkcjonować prawidłowo tylko wtedy, gdy zawierają dostatecznie dużo wody.
- Woda jest rozpuszczalnikiem ważnych substancji naszego organizmu.
- Jest środkiem transportu substancji odżywczych, substancji ustrojowych i produktów przemiany materii.

Orientacyjne wartości dla swojego profilu sprawności fizycznej są podane w tabeli. Wykazuje ona zależność między zawartością tłuszczu w organizmie i wiekiem oraz płcią. Proszę jednak zawsze pamiętać, że podobnie jak zawartość wody w organizmie, zawartość tłuszczu zmienia się w ciągu dnia. Dlatego też proszę zawsze przeprowadzać pomiar o tej samej porze, aby zachować możliwość porównania wartości.

Obliczone wyniki pomiarów zawartości tłuszczu i wody ustrojowej to tylko wartości orientacyjne. Nie jest zalecane wykorzystywanie ich do celów medycznych. W razie wątpliwości co do kuracji medycznych lub diety sprzyjających osiągnięciu prawidłowego ciężaru ciała, należy zawsze zwrócić się do lekarza.

Cechy techniczne

Wstępna konfiguracja pamięci:

Komórka pamięci	Płeć	Wzrost	Wiek
1	męska	165 cm	25

Liczba komórek pamięci:	8
Zakres wzrostu:	od 100 do 250 cm
Wiek:	od 10 do 100 lat
Minimalny ciężar ciała:	od 2,0 kg
Maksymalny ciężar ciała:	150 kg
Rozdzielczość przy pomiarze ciężaru:	0,1 kg
Zakres pomiaru tłuszczu ustrojowego:	4 – 45 %
Zakres pomiaru wody ustrojowej:	37,8 – 66 %

Tabela wartości wytycznych (ok. i w %)

Wiek	Kobiety		Mężczyźni		Ocena
	tłuszcz	uwodnienie	tłuszcz	uwodnienie	
Do 30	4,0-16,0%	66,0-57,8%	4,0-11,0%	66,0-61,2%	za mało
	16,1-20,5%	57,7-54,7%	11,1-15,5%	61,1-58,1%	mało
	20,6-25,0%	54,6-51,6%	15,6-20,0%	58,0-55,0%	normalnie
	25,1-30,5%	51,5-47,8%	20,1-24,5%	54,9-51,9%	dużo
	30,6-45,0%	47,7-37,8%	24,6-45,0%	51,8-37,8%	bardzo dużo
Ponad 30	4,0-20,0%	66,0-55,0%	4,0-15,0%	66,0-58,4%	za mało
	20,1-25,0%	54,9-51,6%	15,1-19,5%	58,3-55,3%	mało
	25,1-30,0%	51,5-48,1%	19,6-24,0%	55,2-52,3%	normalnie
	30,1-35,0%	48,0-44,7%	24,1-28,5%	52,2-49,2%	dużo
	35,1-45,0%	44,6-37,8%	28,6-45,0%	49,1-37,8%	bardzo dużo

Wskazówkla: ze względu na duże wahania zawartości tłuszczu w organizmie trudno jest ustalić wartości wytyczne. Przeciętnie optymalny czas pomiaru u osób dorosłych wypada między godz. 18.00 a 20.00, ponieważ w tym okresie zawartość tłuszczu w organizmie jest bardzo wyrównana!

Uruchomienie

Wyłącznie funkcja ważenia

Proszę ustawić wagę osobową na twardej, płaskiej powierzchni (proszę unikać dywanów). Nierówna powierzchnia może powodować niedokładność.

1. Proszę włączyć wagę przez lekki nacisk stopy lub czubka stopy na powierzchnię szklaną.

   Uwaga: na wyświetlaczu ukazuje się „88888“.

2. Po kilku sekundach na wyświetlaczu (5) ukaże się „0.0“. Stań obiema stopami na powierzchniach stykowych (4) urządzenia. Rozłóż równomiernie ciężar ciała i poczekaj aż waga obliczy ciężar ciała.
3. Na wyświetlaczu (5) pojawi się Państwa ciężar. Po kilku sekundach urządzenie automatycznie się wyłączy!

Programowanie indywidualnych danych

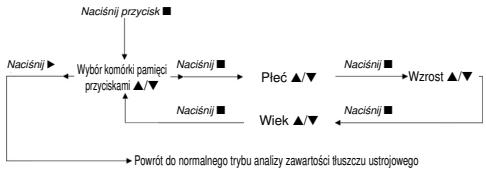
Wskazówkla: niezbędne czynności powinni Państwo wykonywać kolejno w ciągu kilku sekund, ponieważ w przeciwnym razie urządzenie automatycznie przerwie program!

1. Proszę nacisnąć przycisk włączający ■, aby włączyć urządzenie. Na wyświetlaczu (5)zaświecą przez chwilę wszystkie segmenty; następnie zacznie migać wskaźnik (12) „komórka pamięci“.
2. Przyciskami strzałkowymi ▲/▼ wybierz jedną z komórek pamięci.
3. Naciśnij jeszcze raz przycisk włączający ■, aby przejść do trybu programowania.
4. Na wyświetlaczu ukaże się migający symbol płci żeńskiej (13) lub męskiej (14). Przyciskami strzałkowymi ▲/▼ wybierz odpowiednie ustawienie.
5. Naciśnij jeszcze raz przycisk włączający ■, aby przejść do ustawiania „wzrostu“. Przyciskami strzałkowymi ▲/▼ wybierz jedną z wartości od 100 do 250 cm.
6. Naciśnij jeszcze raz przycisk włączający ■, aby przejść do ustawiania „wieku“. Przyciskami strzałkowymi ▲/▼ wybierz jedną z wartości od 10 do 100 lat.
7. Naciśnij jeszcze raz przycisk włączający ■, aby przejść do wskaźnika „komórki pamięci“. Są tu do wyboru dwie możliwości:

6....-05-PW 2982 36 15.02.2005, 12:43:19 Uhr

a. Naciśnij jeszcze raz przycisk włączający ■, aby jeszcze raz przejrzeć wszystkie ustawienia i ewentualnie wprowadzić poprawki.
b. Naciśnij przycisk zapisu do pamięci ▶, aby przejść do trybu pomiaru tłuszczu ustrojowego. Przez kilka sekund na wyświetlaczu będzie wyświetlona komórka pamięci i ustawiony wzrost, następnie ukaże się wartość „0.0“. Ciąg dalszy patrz pkt. 4 „Wyznaczanie ciężaru ciała, zawartości tłuszczu ustrojowego i wody ustrojowej“.

Dla lepszego zrozumienia, przyjrzyj się dokładnie poniższemu schematowi funkcjonalnemu.



Państwa indywidualne dane zostały wprowadzone do pamięci wybranego miejsca programowania.

Mają Państwo do wyboru 8 miejsca programowania. W ten sposób mogą Państwo w siedem kolejnych miejscach programowania wprowadzić indywidualne dane innych członków rodziny.

Wyznaczanie ciężaru ciała, tłuszczu ustrojowego i wody ustrojowej

Najpierw proszę wprowadzić swoje indywidualne dane w wybranym miejscu programowania.

Uwaga: Wykonanie pomiaru jest możliwe tylko, gdy staniesz na wadze bosymi stopami. W razie potrzeby przetrzyj powierzchnie stykowe, aby poprawić przewodność elektryczną. Ustaw każdą bosą stopę na 2 lub 4 powierzchniach stykowych.

1. Naciśnij przycisk włączający ■, aby włączyć urządzenie. Na wyświetlaczu (5)zaświecą przez chwilę wszystkie segmenty; następnie zacznie migać wskaźnik (12) „komórka pamięci“.
2. Przyciskami strzałkowymi ▲/▼ wybierz jedną z komórek pamięci.
3. Naciśnij przycisk zapisu do pamięci ▶, aby przejść do trybu pomiaru tłuszczu ustrojowego.
   - Przez kilka sekund na wyświetlaczu będzie wyświetlona komórka pamięci i ustawiony wzrost, następnie ukaże się wartość „0.0“.
4. Stań obiema stopami na powierzchniach stykowych (4) urządzenia.
   - Na wyświetlaczu najpierw ukaże się ciężar ciała.
   - Następnie w ciągu kilku sekund waga automatycznie obliczy zawartość tłuszczu ustrojowego i wody ustrojowej.
   - Zostanie wyświetlona procentowa zawartość tłuszczu ustrojowego (symbol „BF“), a następnie procentowa zawartość wody ustrojowej (symbol „BW“).
   - Następnie wskaźnik LCD wyświetli kolejno pięć razy na zmianę procentową zawartość tłuszczu ustrojowego i wody ustrojowej, po czym wyłączy się automatycznie.

Wskazania na wyświetlaczu i komunikaty o błędach

Ogólne

Jeżeli na wyświetlaczu ukaże się komunikat o błędzie (Err), poczekaj, aż urządzenie wyłączy się. Następnie włącz je ponownie.

Aby całkowicie wyzerować urządzenie (Reset), wyjmij na chwilę baterię, po czym włóż ją z powrotem na miejsce.

Komunikaty

Włączenie	Wszystkie segmenty świecą jednocześnie. Jest to kontrola poprawnego działania wskaźników.	
„-----“	Waga jest źle ustawiona lub mierzony ciężar za mały.	Prawidłowa praca urządzenia nie jest możliwa. Ustaw wagę na równym i sztywnym podłożu.
„Err“	Waga jest źle ustawiona lub przeciążona.	Ustaw wagę na równym i sztywnym podłożu.
		Czy mierzony ciężar mieści się w zakresie pomiarowym 150 kg?
„LO“	Stan naładowania baterii jest niewystarczający.	
„Err-h“	Obliczony wskaźnik procentowy tłuszczu ustrojowego przekracza górną granicę zakresu pomiarowego.	
„Err-l“	Obliczony wskaźnik procentowy tłuszczu ustrojowego przekracza dolną granicę zakresu pomiarowego.	

Wskazówki dotyczące użytkowania i pielęgnacji

- Proszę ważyć się bez ubrania i butów przed posiłkiem i zawsze o tej samej porze dnia.
- Waga zaokrągla wynik do 100 g.
- Jeżeli zważą się Państwo dwa razy z rzędu i otrzymają różne wyniki, Państwa ciężar będzie wartością średnią tych wyników.
- Proszę nie zanurzać wagi w wodzie, mogłoby to spowodować uszkodzenia elektroniki.
- Jeżeli nie korzystacie Państwo z wagi przez dłuższy czas, proszę usunąć z niej baterie.
- Proszę ostrożnie obchodzić się z wagą, ponieważ jest to instrument pomiarowy. Proszę nie upuścić jej i nie wskakiwać na nią.
- Urządzenie nie musi być poddawane konserwacji.
- Proszę nie obciążać wagi więcej niż do 150 kg, w przeciwnym razie mogą Państwo spowodować uszkodzenie urządzenia.

Czyszczenie

- Urządzenie proszę czyścić przy pomocy lekko wilgotnej nie mokrej ściereczki. Proszę uważać, aby do środka urządzenia nie dostała się wilgoć, ewent. woda!
- Proszę nie stosować żadnych żrących środków czyszczących! Mogą one uszkodzić obudowę urządzenia!
- Najlepszym środkiem czyszczącym jest dostępny w handlu płyn do zmywania naczyń lub delikatne mydło.
- Po zakończeniu czyszczenia proszę osuszyć urządzenie suchą, miękką ściereczką.

6....-05-PW 2982 37 15.02.2005, 12:43:21 Uhr

Niniejsze urządzenie odpowiada wymaganiom normy bezpieczeństwa użytkowania oraz spełnia wymagania dyrektywy niskonapięciowej i kompatybilności elektromagnetycznej.

Zastrzega się prawo do zmian technicznych!

WARUNKI GWARANCJI

Przyznajemy 24 miesiące gwarancji na produkt licząc od daty zakupu.

W tym okresie będziemy bezpłatnie usuwać w terminie 14 dni od daty dostarczenia wadliwego sprzętu z kartą gwarancyjną do miejsca zakupu wszystkie uszkodzenia powstałe w tym urządzeniu na skutek wady materiałów lub wadliwego wykonania, naprawiając oraz wymieniając wadliwe części lub (jeśli uznamy za stosowne) wymieniając całe urządzenie na nowe.

Sprzęt do naprawy powinien być dostarczony w komplecie wraz z dowodem zakupu oraz z ważną kartą gwarancyjną do sprzedawcy w miarę możliwości w oryginalnym opakowaniu lub innym odpowiednim dla zabezpieczenia przed uszkodzeniem. W razie braku kompletnego opakowania fabrycznego, ryzyko uszkodzenia sprzętu podczas transportu do i z miejsca zakupu ponosi reklamujący.

Naprawa gwarancyjna nie dotyczy czynności przewidzianych w instrukcji obsługi, do wykonania których zobowiązany jest użytkownik we własnym zakresie i na własny koszt.

Gwarancja nie obejmuje:

- mechanicznych, termicznych, chemicznych uszkodzeń sprzętu i wywołanych nimi wad,
- uszkodzeń powstałych w wyniku działania sił zewnętrznych takich jak wyładowania atmosferyczne, zmiana napięcia zasilania i innych zdarzeń losowych,
- nieprawidłowego ustawienia wartości napięcia elektrycznego, zasilanie z nieodpowiedniego gniazda zasilania,
- sznurów połączeniowych, sieciowych, żarówek, baterii, akumulatorów,
- uszkodzeń wyrobu powstałych w wyniku niewłaściwego lub niezgodnego z instrukcją jego użytkowania, przechowywania, konserwacji, samowolnego zrywania plomb oraz wszelkich przeróbek i zmian konstrukcyjnych dokonanych przez użytkownika lub osoby niepowołane,
- roszczeń z tytułu parametrów technicznych wyrobu, o ile są one zgodne z podanymi przez producenta,
- prawidłowego zużycia i uszkodzeń, które mają nieistotny wpływ na wartość lub działanie tego urządzenia.

Karta gwarancyjna bez pieczątki sklepu, daty sprzedaży, nie wypełniona, źle wypełniona, ze śladami poprawek, nieczytelna wskutek zniszczenia, bez możliwości ustalenia miejsca sprzedaży oraz dołączonego dowodu zakupu jest nieważna.

Korzystanie z usług gwarancyjnych nie jest możliwe po upływie daty ważności gwarancji. Gwarancja na części lub całe urządzenie, które są wymieniane kończy się, wraz z końcem gwarancji na to urządzenie.

Wszystkie inne roszczenia, wliczając w to odszkodowania są wykluczone chyba, że prawo przewiduje inaczej. Roszczenia wykraczające poza tą umowę nie są uwzględniane przez tą gwarancję.

Gwarancja na sprzedany towar konsumpcyjny nie wyłącza, nie ogranicza ani
nie zawiesza uprawnień kupującego wynikających z niezgodności towaru z umową.

Gwarancja oraz zawarte w niej warunki obowiązują na terenie Rzeczpospolitej Polskiej.

6....-05-PW 2982 38 15.02.2005, 12:43:22 Uhr

Všeobecné bezpečnostní pokyny

- Před uvedením tohoto přístroje do provozu si velmi pozorně přečtěte návod k obsluze a tento návod spolu se záručním listem, pokladním blokem a podle možností i s obalem a vnitřním vybavením obalu dobře uschovejte.
- Používejte tento přístroj výlučně pro soukromou potřebu a pro stanovené účely. Tento přístroj není určen pro komerční použití. Nepoužívejte jej v otevřeném prostoru (s výjimkou přístrojů, které jsou podmíněně používání venku určeny). Chraňte jej před horkem, přímým slunečním zářením, vlhkostí (v žádném případě jej neponořujte do kapalin) a stykem s ostrými hranami. Nepoužívejte přístroj v případě, že máte vlhké ruce. Jestliže dojde k navlhčení nebo namočení přístroje, okamžitě vytáhněte zástrčku ze zásuvky. Vyvarujte se styku s vodou.
- Přístroj vypněte a vždy vytáhněte zástrčku ze zásuvky (tahejte jen za zástrčku, nikdy ne za kabel), jestliže nebudete přístroj používat, chcete-li namontovat příslušenství, přístroj vyčistit nebo v případě poruchy.
- Přístroj nesmí zůstat v provozu **bez** dozoru. Jestliže musíte pracoviště opustit, vždy přístroj vypněte, resp. vytáhněte zástrčku ze zásuvky (vždy tahejte za zástrčku, nikdy ne za kabel).
- Abyste ochránili děti před riziky spojenými s elektrickými přístroji, postarejte se o to, aby kabel nevisel dolů a děti na přístroj nedosáhly.
- Pravidelně kontrolujte přístroj a přívodní kabel z hlediska poškození. Jestliže přístroj vykazuje nějakou závadu, neuvádějte jej do provozu.
- Neopravujte přístroj vlastními silami, nýbrž vyhledejte autorizovaného opraváře. Abyste eliminovali rizika, nechejte poškozený přívodní kabel nahradit kabelem se stejnými hodnotami a to jen výrobcem, naším servisem pro zákazníky nebo jinou kvalifikovanou osobou.
- Používejte jen originální příslušenství.
- Respektujte, prosím, následující „Speciální bezpečnostní pokyny ...“.

Speciální bezpečnostní pokyny pro tento přístroj

- Váha s funkcí analyzátoru tělesného tuku není vhodná pro následující okruh osob:
  - Děti mladší než 10 let a dospělí ve věku nad 80 let
  - Osoby s příznaky horečky, edemy nebo osteoporózou
  - Osoby, které jsou léčeny dialýzou
  - Osoby užívající léky proti kardiovaskulárním chorobám
  - Těhotné ženy
  - Sportovci, kteří podávají intenzivní sportovní výkony déle než 5 hodin denně
  - Osoby se srdeční pulsem nižším než 60 tepů za minutu
- Přístroj je konstruován pro maximální tělesnou hmotnost 150 kg! Zatížení větší hmotností může přístroj zničit!

Přehled ovládacích prvků

1 ▲/▼ Tlačítka se šipkami pro výběr
2 ■ Spínací tlačítko
3 ► Tlačítko pro uložení osobních hodnot do paměti
4 Kontaktní plochy
5 Displej
6 Výška v cm
7 Procentuální podíl
8 Věk
9 Tělesná hmotnost v kg
10 Údaj o obsahu tělesného tuku/tělesné vody
11 Sloupcový diagram - tělesný tuk
12 Místo v paměti
13 Žena
14 Muž

Vložení baterie

(baterie nejsou součástí dodávky)

1. Otevřete přihrádku na baterie na zadní straně přístroje.
2. Do držáku baterie vložte 9V baterii = 6LR61.
3. Přihrádku opět zavřete.

Pozor: Baterie nepatří do domovního odpadu. Prosíme, odevzdávejte vybité baterie na příslušných sběrných místech nebo v obchodě.

Baterie nikdy nevhazujte do ohně.

Upozornění: Baterie mají při pravidelném používání životnost přibližně 1 rok a měly by být poté vyměněny!

Informace o měření tělesného tuku

Osoby, které používají kardiostimulátor nebo jiný léčebný implantát s elektronickými komponenty, se používání tohoto přístroje nedoporučuje. Činnost implantátu totiž může být tímto přístrojem ohrožena, resp. negativně ovlivněna.

Přístroj může správně fungovat jen tehdy, když budete stát bosí a se suchýma nohama na kontaktních plochách!

Základní princip činnosti tohoto přístroje spočívá v měření elektrické impedance těla. K tomuto účelu nechá přístroj protéci Vaším tělem slabý, neznatelný elektrický signál, aby tak mohl zjistit akutální hodnoty těla.

Tento signál je naprosto neškodný! Přesto se však seznamte s našiimi bezpečnostními pokyny a vezměte je v úvahu!

Toto měření je známo pod pojmem „bioelektrická impedanční analýza“ (BIA), faktorem, který souvisí s podílem tuku a vody v těle a je v přímém vztahu s dalšími biologickými údaji (věk, pohlaví, tělesná výška).

Existují lidé, kteří mají vyvážený poměr mezi tukovou a svalovou hmotou a existují na první pohled štíhlí lidé, kteří mají zřetelně zvýšené hodnoty tělesného tuku. Tuk je faktor, který významně přispívá k zatěžování organismu, zejména pak k zatěžování oběhového systému. Kontrola obou hodnot (tuku a hmotnosti) je proto základním předpokladem pro zdraví a dobrou tělesnou kondici.

6....-05-PW 2982 39 15.02.2005, 12:43:23 Uhr

Tělesný tuk

Tělesný tuk je důležitou součástí organismu. Plní v těle důležité úkoly, od ochrany kloubů přes ukládání vitamínů až po regulaci tělesné teploty. Cílem tedy není radikálně zredukovat podíl tělesného tuku, nýbrž dosáhnout vyváženého poměru mezi svalovou a tukovou hmotou a udržet jej.

Význam vody pro naše zdraví

Lidský organismus se přibližně z 55 – 60% skládá z vody, a to vždy podle věku a pohlaví v rozdílném množství.

Voda musí v těle plnit celou řadu úkolů:

- Je stavebním kamene našich buněk. To znamená, že všechny buňky našeho těla, ať už buňky pokožky, žláz, svalů, mozku nebo jiné, jsou schopné plnit svoji funkci jen tehdy, jestliže obsahují dostatečné množství vody.
- Je rozpouštědlem důležitých substancí v našem organismu.
- Je transportním prostředkem pro živiny, tělu vlastní substance a produkty výměny látkové.

Podklady pro Váš tělesný profil zjistíte podle tabulky směrných hodnot. Ukazují závislost hodnot tělesného tuku na věku a pohlaví. Mějte vždy na paměti, že, stejně jako u obsahu vody v těle, i podíl tuku v průběhu dne silně kolísá. Měření proto provádějte vždy ve stejnou dobu, abyste získali srovnatelnou hodnotu.

Vypočítané výsledky měření podílu tělesného tuku a vody jsou jen referenční hodnoty. Nelze je doporučit k použití pro medicínské účely. Prosím, poraďte se vždy s Vaším lékařem, jestliže máte dotazy týkající se nějakého lékařského ošetření nebo diety k dosažení normální hmotnosti.

Technické údaje

Přednastavení paměti:

Paměť	Pohlaví	Výška	Věk
1	Mužské	165 cm	25

Počet míst v paměti:	8
Výška:	od 100 do 250 cm
Věk:	od 10 do 100 let
Minimální hmotnost:	od 2 kg
Maximální hmotnost:	150 kg
Rozlišení při vážení:	kroky po 0,1 kg
Tělesný tuk – měřící rozsah:	4 – 45 %
Tělesná voda – měřící rozsah:	37,8 – 66 %

Tabulka směrných hodnot (přibližně a v %)

Věk	Ženy		Muži		Tendence
	Tuk	Hydratace	Tuk	Hydratace	
Do 30	4,0-16,0%	66,0-57,8%	4,0-11,0%	66,0-61,2%	Příliš málo tuku
	16,1-20,5%	57,7-54,7%	11,1-15,5%	61,1-58,1%	Málo tuku
	20,6-25,0%	54,6-51,6%	15,6-20,0%	58,0-55,0%	Normální
	25,1-30,5%	51,5-47,8%	20,1-24,5%	54,9-51,9%	Vysoký
	30,6-45,0%	47,7-37,8%	24,6-45,0%	51,8-37,8%	Velmi vysoký
Nad 30	4,0-20,0%	66,0-55,0%	4,0-15,0%	66,0-58,4%	Příliš málo tuku
	20,1-25,0%	54,9-51,6%	15,1-19,5%	58,3-55,3%	Málo tuku
	25,1-30,0%	51,5-48,1%	19,6-24,0%	55,2-52,3%	Normální
	30,1-35,0%	48,0-44,7%	24,1-28,5%	52,2-49,2%	Vysoký
	35,1-45,0%	44,6-37,8%	28,6-45,0%	49,1-37,8%	Velmi vysoký

Upozornění: Vzhledem k velkému kolísání podílu tělesného tuku je obtížné stanovit směrnou hodnotu. V průměru je optimální čas měření u dospělé osoby mezi 18,00 a 20,00 hod., protože v tomto časovém období zůstává podíl tuku velmi rovnoměrný!

Uvedení do provozu

Funkce normální váhy

Postavte osobní váhu na tvrdý, rovný podklad (ne na koberec !). Nerovná podlaha má za následek nepřesné údaje.

1. Zapněte váhu lehkým tlakem nohy, resp. špičky nohy na skleněnou plochu.

   Upozornění: Na displeji se objeví „88888“.

2. Na displeji (5) se po několika sekundách objeví „0.0“. Postavte se oběma nohama na kontaktní plochy (4) přístroje. Hmotnost rozložte rovnoměrně a vyčkejte, než váha vypočítá Vaši hmotnost.
3. Na displeji (5) se zobrazí Vaše hmotnost. Po několika sekundách se přístroj automaticky vypne!

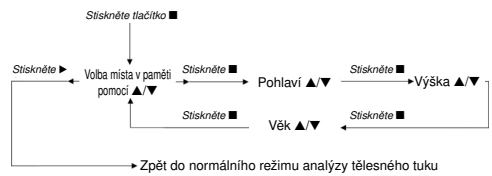
Naprogramování osobních údajů

Upozornění: Následující kroky byste měli provést postupně a v průběhu několika sekund, protože jinak přístroj automaticky přeruší programovací proces!

1. Stiskněte spínač ■, abyste přístroj zapnuli. Na displeji (5) se na krátkou dobu objeví všechny segmenty; poté bliká údaj (12) „Místo v paměti“.
2. Pomocí tlačítek se šipkami ▲/▼ si zvolte místo v paměti.
3. Znovu stiskněte spouštěcí tlačítko ■, aby se dostali do programovacího režimu.
4. Na displeji se zobrazí a bliká ženský (13) nebo mužský (14) symbol. Pomocí tlačítek se šipkami ▲/▼ si zvolte příslušné nastavení.
5. Znovu stiskněte spouštěcí tlačítko ■, abyste se dostali do menu „Výška“. Pomocí tlačítek se šipkami ▲/▼ si zde zvolte hodnotu mezi 100 a 250 cm.
6. Znovu stiskněte spouštěcí tlačítko ■, abyste se dostali do menu „Věk“. Zde si pomocí tlačítek se šipkami ▲/▼ zvolte hodnotu mezi 10 a 100 lety.
7. Opět stiskněte spouštěcí tlačítko ■ a dostanete se opět k údaji „Místo v paměti“. Zde můžete využít jednu ze dvou možností:

   a) Znovu stiskněte spouštěcí tlačítko ■, abyste si mohli ještě jednou prohlédnout všechna nastavení nebo eventuálně provést změny.
   b) Stiskněte paměťové tlačítko ►, abyste se dostali ro režimu pro měření tělesného tuku.
   Na displeji se na několik sekund objeví místo v paměti a nastavená tělesná výška, poté se údaj změní na „0.0“. Dále viz bod 4 „Určení hmotnosti, podílu tělesného tuku a vody“.

Pro lepší pochopení si prostudujte následující funkční schéma:



Vaše osobní hodnoty jsou nyní uloženy na zvoleném místě v paměti.

K dispozici máte celkem osm místa v paměti. Díky tomu můžete na sedm další místa uložit osobní hodnoty ostatních členů rodiny.

Určení hmotnosti, podílu tělesného tuku a tělesné vody

Před tímto procesem uložte do paměti Vaše osobní údaje.

Upozornění: Měření lze provádět jen naboso. V případě nutnosti kontaktní plochy otřete, aby se zlepšila vodivost. Bosou nohu vždy postavte tak, aby se dotýkala 2 ze 4 kontaktních ploch.

1. Stiskněte spouštěcí tlačítko ■, aby se přístroj zapnul. Na displeji (5) se na krátkou dobu objeví všechny segmenty; boté bliká údaj (12) „Místo v paměti“.
2. Pomocí tlačítek se šipkami ▲/▼ si zvolte místo v paměti.
3. Stiskněte paměťové tlačítko ►, abyste se dostali do režimu pro měření tělesného tuku.
   - Na displeji se na několik sekund objeví číslo místa v paměti a nastavená tělesná výška, poté se údaj změní na „0.0“.
4. Postavte se oběma nohama na kontaktní plochy (4) přístroje.
   - Na displeji se nejprve zobrazí Vaše hmotnost.
   - Poté během několika málo sekund váha automaticky vypočítá Váš podíl tělesného tuku a tělesné vody.
   - Na displeji se pak zobrazí procentuální míra tělesného tuku (symbol „BF“), následovaná procentuální mírou tělesné vody (symbol „BW“).
   - Poté se na displeji pětkrát střídavě zobrazí hodnota procentuální míry tělesného tuku a tělesné vody, ančež se přístroj automaticky vypne.

Údaje na displeji a hlášení chyb

Obecně

Objeví-li se na displeji hlášení o chybě (Err), vyčkejte, až se přístroj vypne. Poté jej znovu zapněte, abyste mohli opět zahájit jeho provoz.

Pro kompletní vynulování (Reset) vyjměte na okamžik baterii a poté ji znovu vložte do přístroje.

Hlášení

Zapnutí	Všechny segmenty se zobrazí současně. Děje se tak pro kontrolu bezvadné funkce zobrazování.	
„-----“	Váha stojí špatně nebo je měřená hmotnost příliš nízká.	Není možný bezvadný provoz. Postavte váhu na rovný, tvrdý podklad.
„Err“	Váha stojí špatně nebo je přetížená	Postavte váhu na rovný, tvrdý podklad.
		Je měření ještě v měřícím rozsahu 150 kg?
„LO“	Stav nabití baterie je příliš nízký.	
„Err-h“	Vypočítaný procentuální podíl tělesného tuku leží nad horní hranicí měřícího rozsahu.	
„Err-l“	Vypočítaný procentuální podíl tělesného tuku leží pod dolní hranicí měřícího rozsahu.	

Tipy pro používání a ošetřování

- Vážte se vždy bez oděvu a bot před jídlem a vždy ve stejnou denní dobu.
- Váha zaokrouhluje údaje nahoru nebo dolů vždy na nejbližší 100 g.
- Jestliže se vážíte dvakrát a obdržíte dva různé údaje, pak je Vaše hmotnost mezi těmito dvěma hodnotami.
- Váhu nikdy neponořujte do vody, protože by mohlo ke zničení elektroniky.
- Vyjměte baterie, jestliže nebudete váhu delší dobu používat.
- Zacházejte s váhou opatrně, neboť se jedná o měřící přístroj. Nenechte ji spadnout a neskákejte na ni.
- Přístroj nevyžaduje žádnou údržbu.
- Nezatěžujte přístroj hmotností větší než 150 kg, abyste předešli jeho poškození.

Čištění

- Přístroj čistěte jen měkkým, suchým hadříkem. Dbejte na to, aby do přístroje nevnikla vlhkost, resp. kapalina!
- Nepoužívejte žádné drsné čistící prostředky! Mohly by poškodit těleso přístroje!
- Jako přísadu můžete použít některý z běžných čistících přípravků nebo normální mýdlo!
- Po vyčištění otřete přístroj suchým, měkkým hadříkem!

Tento přístroj byl testován podle všech příslušných, v současné době platných směrnic CE, jako je např. elektromagnetická kompatibilita a direktiva o nízkonapěťové bezpečnosti, a byl zkonstruován podle nejnovějších bezpečnostně-technických předpisů.

Vyhrazujeme si technické změny!

Záruka

Na námi prodaný přístroj poskytujeme záruku v trvání 24 měsíců od data prodeje (pokladní doklad).

Během záruční lhůty odstraníme bezplatně všechny vady přístroje nebo příslušenství*), které vzniknou v důsledku vad materiálu nebo výrobních vad, a to opravou nebo, podle našeho uvážení, formou výměny. Záruční plnění nemají za následek ani prodloužení záruční doby ani tím nevzniká nárok na novou záruku!

Jako záruční doklad slouží doklad o koupi. Bez tohoto dokladu nelze uskutečnit bezplatnou výměnu nebo bezplatnou opravu.

V případě uplatnění záruky předejte, prosím, **kompletní** přístroj v **originálním obalu** spolu s pokladním dokladem Vašemu obchodníkovi.

*) Poškození příslušenství není automaticky důvodem pro bezplatnou výměnu kompletního přístroje. V takovém případě se obraťte na naši Hotline! Prasklé skleněné resp. plastové díly zásadně podléhají povinnosti úhrady!

Jak na vady na spotřebním příslušenství, resp. dílech podléhajících rychlému opotřebení (např. uhlíky motoru, hnětací háky, hnací řemeny, náhradní dálkové ovládání, náhradní zubní kartáčky, pilové listy atd.), tak i na čištění, údržbu nebo výměnu dílů podléhajících rychlému opotřebení se záruka nevztahuje a je proto nutno je uhradit!

6....-05-PW 2982 41 15.02.2005, 12:43:26 Uhr

Záruka zaniká v případě, že dojde k zásahu neautorizovanou osobou.

Po uplynutí záruky

Po uplynutí záruční doby je možno za úplatu provést opravy v příslušném odborném obchodě nebo opravně.

6....-05-PW 2982 42 15.02.2005, 12:43:26 Uhr

Általános biztonsági rendszabályok

- A készülék használatba vétele előtt gondosan olvassa végig a használati utasítást, és őrizze meg a garancialevéllel, a pénztári nyugtával és lehetőleg a csomagolókartonnal, ill. az abban lévő bélésanyaggal együtt!
- Kizárólag személyi célra használja a készüléket, és csupán arra, amire való! A készülék nem ipari jellegű használatra készült. Ne használja a szabadban (hacsak nem a szabadban való, meghatározott korlátok közötti használatra van szánva)! Ne tegye ki erős hőhatásnak, közvetlen napsugárzásnak és nedvességnek (semmi esetre se mártsa folyadékba), és óvja az éles szélektől! Ne használja a készüléket vizes kézzel! Ha a készülék vizes vagy nedves lett, azonnal húzza ki a konnektorból! Ne nyúljon bele a vízbe!
- Kapcsolja ki a készüléket, és amikor nem használja, tartozékokat helyez rá, tisztítja, vagy ha zavart észlel, mindig húzza ki a csatlakozó dugaszt a konnektorból!
- **Ne** működtesse a készüléket felügyelet nélkül! Ha elhagyja a munkahelyet, mindig kapcsolja ki a készüléket, ill. húzza ki a dugaszt a konnektorból (a dugasznál, és nem a kábelnél fogva)!
- Annak érdekében, hogy a gyermekeket megvédje az elektromos készülékek okozta veszélyektől, soha ne hagyja a kábeleket szabadon lógva, és olyan helyre tegye a készüléket, ahol gyermekek nem férhetnek hozzá!
- Rendszeresen ellenőrizze, hogy nincs-e a készüléken vagy a kábelen sérülés! Sérült készüléket soha ne helyezzen üzembe!
- A kockázatok elkerülése végett ne maga javítsa a készüléket, hanem keressen fel egy erre kiképzett szakembert! Ha hibás a csatlakozó kábel, csak a gyártótól, a vevőszolgálatunktól vagy hasonló képzettségű személytől kérjen helyette azonos értékű másik kábelt!
- Csak eredeti tartozékokat használjon!
- Tartsa be az itt következő „Speciális biztonsági rendszabályokat“ ...

Speciális biztonsági útmutatások a készülék számára

- A testzsírelemző mérleg az alább meghatározott személyek körében nem alkalmas a használatra:
  - 10 év alatti gyermekek és 80 éven felüli felnőttek
  - Lázas, ödémás és csontritkulásos tüneteket mutató személyek
  - Dialízis-kezelés alatt álló személyek
  - Olyan személyek, akik keringésjavító gyógyszereket szednek
  - Terhesek
  - Olyan sportolók, akik naponta 5 óránál hosszabb ideig tartó intenzív sporttevékenységet végeznek
  - Olyan személyek, akiknek a pulzusszáma percenként 60 alatt van
- A készülék legfeljebb 150 kg-os testsúlyra van méretezve. Ennél nagyobb testsúly tönkreteheti!

A kezelő elemek áttekintése

1 ▲/▼ Nyíllal jelzett adatbeviteli gombok
2 ■ Bekapcsológomb
3 ► Memóriagomb a személyes értékadatok tárolására
4 Érintkezőfelület
5 Display
6 Testmagasság cm-ben
7 Százalékos arány
8 Életkor
9 Testsúly kg-ban
10 Testzsír-/testvíztartalom-kijelző
11 Oszlopgrafikonos testzsírkijelző
12 Memóriahely
13 Női
14 Férfi

Tegye bele az elemeket
(nem hozzá adott tartozék)

1. Nyissa ki a készülék hátoldalán lévő elemtartó rekeszt!
2. Helyezzen az elemtartóba egy 9 V-os = 6LR61 tartós elemet!
3. Utána zárja le az elemtartó rekeszt!

Figyelem: Az elem nem a háztartási szemétbe való! Adja le használt elemeit valamelyik illetékes gyűjtőhelyen vagy a kereskedőnél!

Soha ne dobjon elemet a tűzbe!

Figyelem: Rendszeres használat esetén az elemek kb. 1 évig jók. Utána ki kell őket cserélni.

Tájékoztató a testzsírarány-mérésről

Olyan személyeknek, akik szívritmus-szabályozót vagy más, elektronikus alkatrészekkel működő orvosi implantátumot használnak, nem tanácsoljuk ennek a mérlegnek a használatát. Veszélyeztetheti, ill. ronthatja ugyanis az implantátum teljesítményét.

A készülék csak akkor működik korrektül, ha mezitláb és száraz lábbal állnak az érintkezőfelületre!

A készülék működési elve a test elektromos impedanciájának mérésén alapszik. Ehhez a készülék gyenge, nem érezhető elektromos jelet áramoltat végig a mérleget használó személy testén, hogy ennek segítségével megállapítsa a test aktuális értékeit.

E jel általános teljesen ártalmatlan! Ennek ellenére kérjük, hogy olvassa át speciális biztonsági rendszabályainkat!

A mérés a „bioelektromos impedanciaelemzés“ fogalma körében ismeretes. Ez egy olyan tényező, amely összefügg a testzsír- és testvízrészaránnyal, és kapcsolatban van egyéb élettani adatokkal (életkor, nem, testmagasság).

Vannak emberek, akik testének zsír- és izomaránya kiegyenlített, és vannak látszólag karcsú emberek, akiknek testzsíraránya jócskán meghaladja az átlagosat. A zsír olyan tényező, amely jelentősen hozzájárul a szervezet, különösen a szív és a keringési rendszer terheléséhez. E két érték ellenőrzése (a zsíré és a testsúlyé) ezért az egészség és fittség alapvető feltétele.

6....-05-PW 2982 43 15.02.2005, 12:43:27 Uhr

Testzsír

A test zsírarányа a szervezet fontos alkotóeleme. A zsír fontos feladatokat lát el a testben az ízületek védelmétől kezdve a vitaminok tárolásán keresztül egészen a testhő szabályozásáig. Nem az tehát a cél, hogy radikálisan csökkentsük a zsírarányt, hanem hogy kiegyenlített arányt értjünk el és tartsunk fenn az izomtömeg és a zsírtömeg között.

A víz jelentősége egészségünk szempontjából

Az emberi szervezet 55-60%-ban vízből áll, az életkortól és a nemtől függően különböző arányban.

A víznek seregnyi feladata van a testben:

- Sejtjeink építőanyaga. Ez azt jelenti, hogy a test valamennyi sejtje, legyen szó akár bőr-, mirigy-, izom-, agy- vagy egyéb sejtekről, csak akkor működőképes, ha elegendő mennyiségű víz van benne.
- A szervezetünkben található fontos alkotóelemek oldószere.
- A tápanyagok, a testalkotó anyagok és az anyagcseretermékek szállító közege.

Fitneszprofiljának irányértékeit az irányérték-táblázatból olvashatja ki. Ön fittségprofiljához. Jelzi, hogyan függ a testzsírarány az életkortól és a nemtől. Vegye mindig figyelembe, hogy a test zsírhányada éppúgy, mint a vízháztartása, tetemesen ingadozik a nap 24 óráján belül. Ezért ha összehasonlítható adatot kíván kapni, mindig ugyanabban a napszakban mérje magát!

A testzsír- és testvízrészarány számított mérési eredményei csupán referenciaértékek. Orvosi célra nem ajánljuk használni őket. Ha orvosi kezeléssel vagy a normális testsúly eléréséhez szükséges diétával kapcsolatos kérdései lennének, mindig az orvosától kérjen tanácsot!

Technikai adatok

A memória alapbeállítása:

Memória	Nem	Magasság	Életkor
1	férfi	165 cm	25

Memóriahelyek száma:	8
Magasságbeállítás:	100-tól 250 cm-ig
Életkor:	10-től 100 évig
Minimális súly:	2,0 kg-tól
Maximális súly:	150 kg
A testsúlymérés bontása:	0,1 kg-os lépésekben
Testzsírmérési tartomány:	4 – 45 %
Testvízmérési tartomány:	37,8 – 66 %

Irányérték-táblázat (kb. és %-ban)

Életkor	Nők		Férfiak		Tendencia
	Zsír	Hidratáció	Zsír	Hidratáció	
30-ig	4,0-16,0%	66,0-57,8%	4,0-11,0%	66,0-61,2%	túl sovány
	16,1-20,5%	57,7-54,7%	11,1-15,5%	61,1-58,1%	sovány
	20,6-25,0%	54,6-51,6%	15,6-20,0%	58,0-55,0%	normális
	25,1-30,5%	51,5-47,8%	20,1-24,5%	54,9-51,9%	magas
	30,6-45,0%	47,7-37,8%	24,6-45,0%	51,8-37,8%	nagyon magas
30 felett	4,0-20,0%	66,0-55,0%	4,0-15,0%	66,0-58,4%	túl sovány
	20,1-25,0%	54,9-51,6%	15,1-19,5%	58,3-55,3%	sovány
	25,1-30,0%	51,5-48,1%	19,6-24,0%	55,2-52,3%	normális
	30,1-35,0%	48,0-44,7%	24,1-28,5%	52,2-49,2%	magas
	35,1-45,0%	44,6-37,8%	28,6-45,0%	49,1-37,8%	nagyon magas

Figyelem: A testzsírarány jelentős ingadozásai miatt nehéz irányértéket megállapítani. Felnőtt emberek esetében általában 18 és 20 óra között van az optimális mérési idő, mert ebben az időszakban a zsírarány nagyon egyenletes!

Használatba vétel

Tisztán súlymérő funkció

Állítsa a személymérleget kemény, lapos aljzatra (a szőnyegpadló kerülendő!). Az egyenetlen aljzat pontatlanságot eredményez a mérésben.

1. A lábával, ill. lábujjhegyével enyhén megnyomva az üvegfelületet, kapcsolja be a mérleget!

   Figyelem: A display-n „88888“ látható.

2. A display-n (5) néhány másodperc elteltével „0.0“ lesz látható. Mindkét lábával álljon rá a készülék érintkezőfelületeire (4)! Úgy álljon, hogy a súlyeloszlás egyenletes legyen, és várjon, amíg a készülék ki nem számítja a testsúlyát!
3. A display-n (5) látható lesz a testsúlya. Néhány másodperc múlva a készülék automatikusan kikapcsolódik.

A személyi adatok beprogramozása

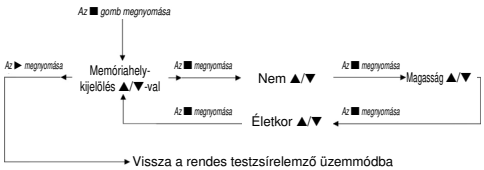
Figyelem: A következő lépéseket egymást követően és néhány másodpercen belül végezze el, különben a készülék automatikusan megszakítja a programozó módozatot!

1. A készülék bekapcsolásához ■ nyomja meg a bekapcsológombot. A display-n (5) rövid idő elteltével valamennyi szegmens megjelenik; ezt követően villogni kezd a „memóriahely“ (12) kijelző.
2. A nyíllal jelölt ▲/▼ gombokkal jelöljön ki egy memóriahelyet!
3. Nyomja meg ismét az ■ bekapcsológombot, hogy a programozó üzemmódba jusson!
4. A display-n nő (13) vagy férfi (14) piktogram jelenik meg, és villog. Válassza ki a nyíllal jelölt ▲/▼ gombokkal az egyik beállítást!
5. Nyomja meg ismét az ■ bekapcsológombot, hogy a „testmagasság“ beállításba jusson! A nyíllal jelölt ▲/▼ gombokkal válasszon ki egy értéket 100 és 250 cm között!
6. Nyomja meg ismét az ■ bekapcsológombot, hogy az „Életkor“ beállításba jusson! A nyíllal jelölt ▲/▼ gombokkal válasszon ki egy értéket 10 és 100 év között!
7. Nyomja meg ismét az ■ bekapcsológombot, és visszakerül a „memóriahely“ kijelzőhöz. Itt két lehetőség közül választhat:

   a. Nyomja meg ismét az ■ bekapcsológombot, hogy még egyszer végignézze az összes beállítást, és szükség esetén módosításokat végezhessen.
   b. Nyomja meg az ► memóriagombot, hogy a testzsírmérő üzemmódba jusson!
   Néhány másodpercre megjelenik a display-n a memóriahely és a beállított testmagasság, majd a kijelzés „0.0“-ra vált át. A továbbiakat lásd a 4. pontban: „A testsúly, a testzsír- és testvízrészarány meghatározása“.

6....-05-PW 2982 44 15.02.2005, 12:43:28 Uhr

A jobb megértés kedvéért vegye szemügyre az alábbi működési sémát:



Az Ön személyi adatai most már tárolva vannak a kiválasztott memóriahelyen.

Összesen nyolc memóriahely áll a rendelkezésére. Így tehát lehetősége van arra, hogy a hét fennmaradó memóriahelyen a sajátjai mellett más családtagok személyes mérési adatait is tárolja.

A testsúly, a testzsír- és testvízrészarány meghatározása

Mentse el előbb a személyi adatait az egyik memóriahelyre!

Figyelem: A mérés csak mezítláb végezhető el. Szükség esetén törölje le az érintkezőfelületeket, hogy javítsa annak vezetőképességét! Helyezze mindegyik meztelen lábfejét két-két érintkezőfelületre a 4 közül!

1. Az ■ bekapcsológombot megnyomva, kapcsolja be a készüléket! Az display-n (5) rövid időre valamennyi szegmens megjelenik; majd villogni kezd a „memóriahely“ kijelző (12).
2. A nyíllal jelölt ▲/▼ válasszon ki egy memóriahelyet!
3. Nyomja meg az ► memóriagombot, hogy a testzsírmérő üzemmódba jusson!
   - Néhány másodpercre megjelenik a display-n a memóriahely és a beállított testmagasság, majd a kijelzés „0.0“-ra vált át.
4. Mindkét lábával álljon rá a készülék érintkezőfelületeire (4)!
   - A display-n először a testsúlya jelenik meg.
   - Ezután a mérleg néhány másodpercen belül automatikusan kiszámítja testének zsír- és vízrészarányát.
   - A display ezután kiírja a testzsír százalékos arányát („BF“ piktogram), majd a test víztartalmának százalékos arányát (Symbol „BW“ piktogram).
   - Ezt követően az LCD-kijelző ötször vált a százalékos testzsír- és testvízrészarány között, majd magától kikapcsol.

A display-n megjelenő kijelzések és hibajelentések

Általános tudnivalók

Ha hibajelentés (Err) jelenik meg a display-n, várjon, míg a készülék magától ki nem kapcsolódik. Ezután kapcsolja be ismét, hogy újra kezdje a működést!

A program teljes újraindításához (Reset) vegye ki egy pillanatra az elemet, majd csatlakoztassa újra!

Jelentések

Bekapcsolás	Egyidejűleg kigyullad valamennyi szegmens. Ezzel történik meg annak az ellenőrzése, hogy kifogástalanul működnek-e a kijelzések.	
„-----“	A mérleg rosszul áll, vagy túlságosan kicsi a megmérendő súly.	A mérleget nem lehet kifogástalanul működtetni. Állítsa a mérleget sík és kemény aljzatra!
„Err“	A mérleg rosszul áll, vagy túl van terhelve.	Állítsa a mérleget sík, kemény aljzatra!
		Belül van még a mérés a 150 kg-os mérési tartományon?
„LO“	Az elem töltési állapota túlságosan alacsony.	
„Err-h“	A testzsír kiszámított %-os részaránya meghaladja a mérési tartomány felső határértékét.	
„Err-l“	A testzsír kiszámított %-os részaránya a mérési tartomány alsó határértéke alatt van.	

Tippek a mérleg használatához és gondozásához

- Ruha és cipő nélkül, étkezés előtt, és a nap azonos időpontjában mérje magát.
- A mérleg a legközelebbi 100-g-ra kerekít fel vagy le.
- Ha egymás után kétszer méredzkedik, és eredményként két különböző adatot kap, akkor a testsúlya a két érték között van.
- Ne tegye a mérleget vízbe, ezzel tönkreteheti a benne lévő elektronikát.
- Ha hosszabb időn át nem használja a mérleget, vegye ki belőle az elemeket.
- Óvatosan használja a mérleget, hiszen mérőműszer. Ne ejtse le, és ne ugorjon rá.
- A készülék egyáltalán nem igényel karbantartást.
- 150 kg-nál nagyobb súllyal ne terhelje a készüléket a károsodás elkerülése végett.

Tisztítás

- A mérleget enyhén nedves, de nem vizes ruhával tisztítsa! Ügyeljen rá, hogy ne jusson bele nedvesség, ill. folyadék!
- Ne használjon erős tisztítószereket! Ezek károsíthatják a mérleg burkolatát!
- Adalékként használhat a kereskedelemben kapható mosogatószereket vagy egyszerű szappant.
- Tisztítás után gondosan törölje meg a készüléket száraz, puha ruhával!

Ezt a készüléket az Európa Tanács minden vonatkozó aktuális irányelve szerint (pl. elektromágnesesség-elviselő képesség vagy kisfeszültség-elviselő képesség) ellenőriztük, és a legújabb biztonságtechnikai előírások szerint készült.

Megjegyezzük az esetleges műszaki változásokat!

6....-05-PW 2982 45 15.02.2005, 12:43:30 Uhr

Garancia

Garanciális igényeivel forduljon, kérem, a szerződéses kereskedőjéhez!

A garancia igazolására a pénztári nyugta szolgál. E nélkül az igazolás nélkül sem díjmentes csere, sem díjtalan javítás nem végezhető.

Garanciális esetben **eredeti csomagolásában** adja át az alapkészüléket a pénztári bizonylattal együtt annak a kereskedőnek, akitől a **készüléket** vásárolta!

*) A tartozékok hibái nem eredményezik automatikusan az egész készülék díjtalan cseréjét. Ilyen esetekben forduljon „forró vonalunkhoz”! Az üvegtörésből, ill. a műanyag alkatrészek töréséből eredő hibák megszüntetése mindenkor térítésköteles.

Sem az elhasználódó tartozékokban, ill. kopó alkatrészekben (pl. szénkefe, dagasztóhorog, hajtószíj, póttávvezérlő, pótfogkefe, fűrészlap stb.) bekövetkező hibák, sem a tisztítás, karbantartás vagy a kopó alkatrészek cseréje nem esik a garancia hatálya alá, következésképp térítésköteles.

Illetéktelen beavatkozás a garancia megszűnését eredményezi.

A garanciális idő után

A garanciális idő eltelte után a megfelelő szakkereskedésben vagy javítószolgálatnál végeztethet térítésköteles javításokat.

6....-05-PW 2982 46 15.02.2005, 12:43:31 Uhr

Общие указания по технике безопасности

- Перед началом эксплуатации прибора внимательно прочитайте прилагаемую инструкцию по эксплуатации и сохраните ее в надежном месте, вместе с гарантийным талоном, кассовым чеком и, по возможности, картонной коробкой с упаковочным материалом.
- Пользуйтесь прибором только частным образом и по назначению. Прибор не предназначен для коммерческого использования. Не пользуйтесь прибором под открытым небом (исключая приборы, эксплуатация которых под открытым небом допустима). Предохраняйте прибор от жары, прямых солнечных лучей, влажности (ни в коем случае не погружайте его в воду) и ударов об острые углы. Не прикасайтесь к прибору влажными руками. Если прибор увлажнился или намок, тут же выньте вилку из розетки. Не прикасайтесь к мокрым местам.
- После эксплуатации, монтаже принадлежностей, чистке или поломке прибора всегда вынимайте вилку из розетки (тяните за вилку, а не за кабель).
- **Не** оставляйте включенные электроприборы без присмотра. Если возникнет необходимость отлучиться, то выключите электроприбор или выньте вилку из розетки (тяните за вилку, а не за кабель).
- Для защиты детей от поражений электротоком, следите за тем, чтобы кабель не висел где попало и дети не имели доступа к прибору.
- Регулярно осматривайте прибор и кабель на предмет возможных повреждений. Ни в коем случае не включайте прибор, имеющий повреждения.
- Ни в коем случае не ремонтируйте прибор самостоятельно, а обращайтесь в таком случае за помощью к специалисту, имеющему соответствующий допуск. Из соображений безопасности, замена сетевого шнура на равнозначный допускается только через завод-изготовитель, нашу сервисную мастерскую или соответствующего квалифицированного специалиста.
- Используйте только оригинальные запчасти.
- Пожалуйста, соблюдайте нижеследующие „Специальные указания по технике безопасности ...“.

Спецуказания по технике безопасности для этого электроприбора

- Весы для измерения доли жировых тканей в организме не предназначены для следующего круга лиц :
  - Детей младше 10 и взрослых старше 80 лет
  - Лиц с симптомами повышенной температуры, остеопороза или отеками
  - Лиц лечащихся диализом
  - Лиц принимающих лекарства от заболеваний сердечно-сосудистой системы
  - Беременных
  - Спортсменов, интенсивно тренирующихся ежедневно более 5 часов
  - Лиц с частотой пульса ниже 60 ударов/минуту
- Прибор сконструирован для взвешивания максимум 150 кг! Более высокий вес может испортить прибор!

Обзор деталей прибора

1 ▲/▼ Кнопки со стрелками
2 ■ Включатель
3 ► Кнопка запоминания личных данных
4 Контактная подложка для ног
5 Дисплей
6 Рост см
7 Процентная доля
8 Возраст
9 Вес кг
10 Показания доли жировых тканей/воды в организме
11 Ступенчатый индикатор доли жировых тканей
12 Ячейка памяти
13 Женский
14 Мужской

Вставление батареек

(батарейки в комплект поставки не входят)

1. Откройте отсек для батареек на обратной стороне прибора.
2. Вставьте в держатель батарейку тира 9V E-Block = 6LR61.
3. Закройте отсек для батареек.

Внимание: не выбрасывайте батарейки в домашний мусор. Пожалуйста сдайте отработанные батарейки на специальный пункт приема или в торговую точку.

Ни в коем случае не бросайте батарейки в огонь.

Примечание! При регулярном пользовании прибором батарейки служат около года, после этого их необходимо заменить!

Информация к теме измерение массы жировых отложений в организме

Лицам, носящим сердечный шагомер или другой медицинский имплантат, регулируемые электроникой, не рекомендуется пользоваться этими весами. Они могут негативно повлиять на правильное функционирование имплантатов.

Прибор функционирует правильно только в том случае, если правильно встать на контактную подложку босиком, сухими ногами!

Принцип работы весов основан не измерении электрического сопротивления организма. Для этого весы пропускают через организм слабый, нечуствительный электрический сигнал, чтобы таким образом собрать данные о его актуальном состоянии.

Сигнал, в общем, абсолютно безопасен! Несмотря на это, соблюдайте все-таки наши специальные указания по технике безопасности!

Этот процедура известна под названием „Биоэлектрическая диагностика“ (BIA), фактором, который зависит от доли жировых тканей/воды в организме, а также связан в определенной пропорции с другими биологическими параметрами (возраст, пол, рост).

6....-05-PW 2982 47 15.02.2005, 12:43:31 Uhr

Известно, что есть толстые люди с уравновешенной пропорцией между мускульной и жировой массой и есть, кажущиеся стройными, люди с сильно завышенным значением массы жировых отложений. Жировые отложения это фактор, который сильно обременяет организм человека, в особенности сердечно-сосудистую систему. Поэтому, контроль обоих параметров (мускульной и жировой массы), является основной предпосылкой здоровья и достижения хорошего самочуствия.

Жировые ткани

Жировые отложения являются важной частью организма. Они перенимают различные, очень важные, функции в организме, от защиты суставов и накопления витаминов, до регуляции температуры. Поэтому, конечной целью является не радикальное уменьшение массы жировых отложений, а достижение и поддержание уравновешенной пропорции между мускульной и жировой массой.

Роль воды для нашего здоровья

Человеческий организм состоит примерно на 55-60% из воды, более или менее в зависимости от возраста и пола.

Вода выполняет целый ряд заданий в организме:

- Она является основой каждой клетки. Это означает, что каждая клетка организма: то ли это клетка кожи, пор, мускул, мозга или любая другая, только тогда жизнеспособна, если содержит достаточное количество воды.
- Она служит растворителем важнейших веществ в нашем организме.
- Транспортирует питательные вещества, вещества создаваемые самим организмом и продукты обмена веществ.

Сравнительные данные для определения вашего профиля приведены в таблице рекомендумых значений. Она показывает зависимость доли массы жировых отложений в организме от возраста и пола. Не забывайте, что доля жировой массы в организме меняется в течении суток, также как и доля воды в нем. Поэтому, для достижения соизмеримых значений, проводите измерения в одно и тоже время суток.

Результаты измерений доли жировых тканей/воды в организме носят только информативный характер. Не рекомендуется применять их в медицинских целях. Обратитесь за консультацией к соответствующему врачу, если у вас возникли вопросы по лечению или вопросы по диете с целью достижения нормального веса.

Технические характеристики

Ввод данных в память:

Ячейка памяти	Пол	Рост	Возраст
1	мужской	165 см	25

Количество ячеек памяти: 8
Рост: от 100 до 250 см
Возраст: от 10 до 100 лет
Минимальный вес: от 2,0 кг
Максимальный вес: 150 кг
Разрешающая способность по весу: шагами по 0,1 кг
Диапазон измерений доли жир. тканей: 4 – 45 %
Диапазон измерений доли воды: 37,8 – 66 %

Таблица контрольных значений (прим. в %)

Возраст	Женщины		Мужчины		Тенденция
	Доля жира	Доля воды	Доля жира	Доля воды	
До 30	4,0-18,0%	66,0-56,4%	4,0-12,0%	66,0-60,5%	слишком мало
	18.1-23,0%	56,3-52,9%	12,1-17,0%	60,4-57,1%	мало
	23,1-28,0%	52,8-49,5%	17,1-22,0%	57,0-53,6%	нормально
	28,1-33,0%	49,4-46,1%	22,1-27,0%	53,5-50,2%	много
	33.1-45,0%	46,0-37,8%	27,1-45,0%	50,1-37,8%	слишком много
Старше 30	4,0-20,0%	66,0-55,0%	4,0-14,0%	66,0-59,1%	слишком мало
	20,1-25,0%	54,9-51,6%	14,1-19,0%	59,0-55,7%	мало
	25,1-30,0%	51,5-48,1%	19,1-24,0%	55,6-52,3%	нормально
	30,1-35,0%	48,0-44,7%	24,1-29,0%	52,2-48,6%	много
	35,1-45,0%	44,6-37,8%	29,1-45,0%	48,7-37,8%	слишком много

Примечание! По причине сильного колебания жировой массы в организме человека, очень сложно найти контрольное значение этого параметра. В среднем можно сказать, самое оптимальное время для проведения измерений у взрослого человека лежит между 18.00 и 20.00, так как в это время жировая масса организма имеет относительно стабильное значение.

Подготовка к работе

Чисто взвешивание

Установите весы на твердую плоскую основу (избегайте ковры и тому подобное). Неровный пол приводит к ложным показаниям.

1. Включите весы, слегка нажав ногой или пальцами ноги на ее стеклянную поверхность.

   Примечание: на дисплее появляется “88888“
2. Через несколько секунд на дисплее (5) появится “0.0“. Встаньте обеими ногами на контактную площадку (4) весов. Распределите вес равномерно по поверхности и подождите, пока весы закончат измерение и расчет. .
3. Ваш вес отображается на дисплее (5). Через несколько секунд прибор автоматически выключится!

Программирование индивидуальных данных

Примечание! Следующие шаги необходимо провести последовательно в течении нескольких секунд, иначе режим программирования прервется!

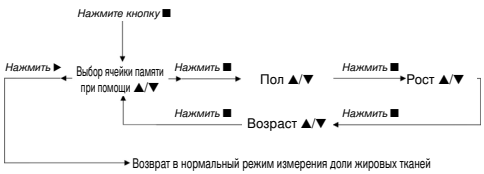
1. Нажмите на кнопку включателя ■, чтобы включить прибор. На короткое времязагорятся все сегменты дисплея (5) , затем начнет мигать сообщение (12) „Ячейка памяти“.
2. При помощи кнопок со стрелками ▲/▼ выберите ячейку памяти.
3. Нажмите повторно кнопку ■, чтобы войти в режим программирования.
4. На дисплее начнет мигать символ женщины (13) или мужчины (14). При помощи кнопок со стрелками ▲/▼ сделайте соответствующий выбор.

6....-05-PW 2982 48 15.02.2005, 12:43:32 Uhr

5. Нажмите повторно кнопку ■, чтобы войти в меню “Рост“ . При помощи кнопок со стрелками ▲/▼ сделайте выбор между ростом от 100 до 250 см.
6. Нажмите повторно кнопку ■, чтобы войти в меню “Возраст“ . При помощи кнопок со стрелками ▲/▼ сделайте выбор между возрастом от 10 до 100 лет.
7. Нажмите повторно кнопку ■, чтобы войти в меню „Ячейка памяти“. Имеется две возможности:

   a. Нажмите кнопку ■, чтобы еще раз просмотреть и при необходимости изменить занесенные в память данные.
   b. Нажмите кнопку ▶, чтобы войти в режим измерения и расчета доли жировых тканей. На несколько секунд на дисплее появится номер ячейки памяти и введенное значение роста, затем показания сменятся на “0.0“. Далее смотри пункт 4 “Измерение веса, расчет доли жировых тканей и воды в организме“

Для лучшего понимания ознакомтесь со следующей функциональной схемой:



Теперь индивидуальные данные записаны в память под выбранным номером.

В вашем распоряжении находятся 8 ячейки памяти. Этим самым имеется возможность внести в память, в дополнении к вашим, индивидуальные данные дальнейших 7 членов семьи.

Измерение веса, расчет доли жировых тканей и воды в организме

Перед этим внесите в одну из ячеек памяти ваши индивидуальные данные.

Примечание: измерения надо проводить с босыми ногами. При необходимости протрите контактную площадку, чтобы уменьшить ее сопротивление. Встаньте каждой босой ногой на 2 из 4 контактных площадок.

1. Нажмите кнопку ■, чтобы включить весы. На короткое время загорятся все сегменты дисплея (5) , затем начнет мигать сообщение (12) „Ячейка памяти“.
2. При помощи кнопок со стрелками ▲/▼ выберите ячейку памяти.
3. Нажмите кнопку ▶, чтобы войти в режим измерения и расчета доли жировых тканей.

   • На несколько секунд на дисплее появится номер ячейки памяти и введенное значение роста, затем показания сменятся на “0.0“.

4. Встаньте обеими ногами на контактную площадку (4) весов.

   • Сначала на дисплее покажется вас вес.
   • В течении нескольких секунд весы автоматически рассчитают долю жировых тканей и воды в организме.
   • После этого на дисплее появится процентное значение доли жировых тканей (символ “BF“), за ним последует процентное значение доли воды (символ “BW“).
   • Эти значения будут 5 раз попеременно появляться на дисплее, после этого весы автоматически выключатся.

Показания дисплея и сообщения об ошибках

Общие положения

Если на дисплее появится сообщение об ошибке (Err), подождите пока весы выключатся. После этого включите их опять.

Чтобы полностью сбросить (Reset) весы в исходное состояние отключите на короткое время батарейки, а затем подключите их опять.

Сообщения

Включение	Все сегменты загораются одновременно. Это контроль правильного функционирования индикатора.	
„-----“	Весы стоят неправильно или недостаточный вес	Измерение невозможно. Установите весы на твердую, ровную поверхность.
„Err“	Весы стоят неправильно или перегружены.	Установите весы на твердую, ровную поверхность.
		Превышает вес 150 кг?
„LO“	Батарейки ослабли.	
„Err-h“	Расчетное значение доли жировых тканей лежит выше верхнего значения диапазона измерений.	
„Err-l“	Расчетное значение доли жировых тканей лежит ниже нижнего значения диапазона измерений.	

Рекомендации по применению и уходу за весами

- Взвешивайтесь без одежды и обуви, перед едой и всегда в одно и тоже время суток.
- Весы округляют показания в ту или иную сторону с точностью до 100 г.
- Если вы взвесились два раза и получили различные показания, то ваш вес лежит между этими показаниями.
- Непогружайте весы в водую, это может привести к порче электроники.
- Если весы долгое время неиспользуются, вытащите батарейку.
- Обращайтесь с весами бережно, потому что это измерительный инструмент. Не роняйте и не прыгайте на нем.
- Прибор н нуждатся в тхобслуживании.
- Чтобы н поврдить всы, взвшивайт на них н бол 150 кг.

Чистка прибора

- Протрите прибор слегка влажной, однако не мокрой тряпкой. Следите за тем, чтобы во внутрь корпуса не попала влажность или вода!
- Не применяйте сильные моющие средства и добавки! Они могут повредить корпус прибора!

6....-05-PW 2982 49 15.02.2005, 12:43:34 Uhr

- В качестве добавки можно применить обычные моющие средства, предлагаемыми торговлей, или слабый мыльный раствор!
- По окончании чистки хорошо протрите прибор сухой, мягкой тряпкой!

Это изделие прошло все необходимые и актуальные проверки, предписанные директивой CE, к прим. на электромагнитную совместимость и соответствие требованиям к низковольтной технике, оно было также сконструировано и построено с учетом последних требований по технике безопасности.

Мы оставляем за собой право на технические изменения!

Гарантийное обязательство

Гарантийный срок на территории Российской Федерации устанавливается полномочными представителями.

Кассовый чек является гарантийным талоном. Без него невозможен бесплатный ремонт или замена изделия.

В случае возникновжния притензий по гарантии, предъявите изделие в **полнойкомплектации**, с **оригинальной упаковкой** и кассовым чеком торговой точке, продавшей это изделие.

*) Дефекты принадлежностей не служат причиной для автоматической замены всего изделия. В этом случае позвоните нам, пожалуйста, по горячей линии! Разбитые стеклянные и поломаные пластмассовые детали возмещаются только за дополнительную оплату!

Дефекты изнашиваемых принадлежностей или трущихся деталей (например контактные щетки моторов, смесительные крюки, приводные ремни, запасные пульты управления, запасные зубные щетки, пильные полотна и т.д.), а также чистка, техобслуживание или замена трущихся деталей не попадают под гарантию, и поэтому проводятся за отдельную оплату!

Гарантия теряется при вскрытии изделия посторонними лицами.

После гарантии

После окончания срока гарантии, ремонт изделий производится за оплату, соответствующими мастерскими или пунктами сервисного обслуживания.

6....-05-PW 2982 50 15.02.2005, 12:43:35 Uhr

Technische Daten

Modell:	**PW 2982 FA**
Spannungsversorgung:	**9 Volt Blockbatterie**
Obere Messgrenze:	**150 kg**
Untere Messgrenze:	**2 kg**

Dieses Gerät wurde nach allen zutreffenden, aktuellen CE-Richtlinien geprüft, wie z.B. elektromagnetische Verträglichkeit und Niederspannungsdirektive und wurde nach den neuesten sicherheitstechnischen Vorschriften gebaut.

Technische Änderungen vorbehalten!

Bitte führen Sie das ausgediente Gerät einer umweltgerechten Entsorgung zu.

CTC CLATRONIC® INTERNATIONAL GMBH

D-47906 Kempen/Germany · Industriering Ost 40
Telefon 02152/2006-888
Internet: http://www.clatronic.de · email: info@clatronic.de

Stünings Medien, Krefeld • 02/05